

Heikki Tani

Tuolla hyvällä puolella

Teatterillisten keinojen hyödyntäminen lasten ja nuorten ohjaamisessa Suomen Tourette- ja OCD-yhdistyksen kesäleirillä

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Teatteri-ilmaisun ohjaaja

Esittävän taiteen koulutusohjelma

Opinnäytetyö

23.9.2016

<p>Tekijä(t) Otsikko</p> <p>Sivumäärä Aika</p>	<p>Heikki Tani Tuolla hyvällä puolella – Teatterillisten keinojen hyödyntäminen lasten ja nuorten ohjaamisessa Suomen Tourette- ja OCD-yhdistyksen kesäleirillä</p> <p>37 sivua + 2 liitettä 23.9.2016</p>
Tutkinto	Teatteri-ilmaisun ohjaaja
Koulutusohjelma	Esittävän taiteen koulutusohjelma
Suuntautumisvaihtoehto	
Ohjaaja(t)	Pieta Koskenniemi
<p>Tämä opinnäytetyö käsittelee lasten ja nuorten ohjaamista teatterillisillä keinoilla hyödyntäen kesällä 2016 järjestetyllä Suomen Tourette- ja OCD-yhdistyksen kesäleirillä. Opinnäytetyössä käydään läpi mitä ovat Touretten syndrooma ja OCD, mitä tekijöitä ryhmänohjaajan tulee ottaa huomioon erityisryhmää ohjattaessa, ja kuinka suunnitellut teatterilliset harjoitteet toimivat kesäleirillä käytännössä.</p> <p>Tutkimuskohteena työssä on Touretten syndrooman ja pakko-oireyhtymän eli OCD:n terminologian avaaminen, ryhmänohjaajan rooliin ja suotaviin ominaispiirteisiin syventyminen ja se, kuinka ja millaiset teatterilliset harjoitteet ovat tarkoituksenmukaisia kesäleirillä. Lähteinä työssä käytetään Touretten syndroomaa sekä OCD:ta käsitteleviä tutkimuksia että useita ohjaajuuksia käsitteleviä teoksia.</p> <p>Opinnäytetyössä käydään läpi leirille tehty toimintasuunnitelma ja harjoitteet, joita leirillä toteutettiin. Opinnäytetyössä käy ilmi myös, että vaikka kyseessä oli niin sanottu erityisryhmä ei se vaikuttanut suunniteltuun ja toteutettuun toimintaan millään tavalla. Työssä käsitellään myös sitä, kuinka ryhmänohjaajan tulee saada ryhmäläiset toimimaan yhdessä ryhmän yhteisen edun mukaisesti. Opinnäytetyössä käydään läpi myös teatteri-ilmaisun ohjaaja Helena Lemisen ohjauskokonaisuutta naamiotekniikan hyödyntämisestä leirikontekstissa toimintakuvauksen ja tehdyn teemahaastattelun avulla.</p> <p>Kesäleiri toteutettiin Hangon Lappohjassa sijaitsevassa Högsandin kurssikeskuksessa aikavälillä 15.–18.7.2016. Leirille osallistui 12 lasta, 16 aikuista ja neljä ohjaajaa.</p>	
Avainsanat	Touretten syndrooma, OCD, teatteri-ilmaisu, lasten ja nuorten ohjaaminen

Author(s) Title	Heikki Tani On the good side – Utilization of Theatrical Methods in Directing Children and Young people in Finland Tourette- and OCD Association's Summer Camp
Number of Pages Date	37 pages + 2 appendices 23.September.2016
Degree	Bachelor's Degree
Degree Programme	Degree Programme in Performing Arts
Specialisation option	Drama Instructor
Instructor(s)	Pieta Koskenniemi
<p>This thesis focused on directing children and young people with theatrical methods at the Finnish Tourette- and OCD Association's summer camp in the summer of 2016. The thesis deals with what the Tourette syndrome and OCD are, what factors the group director should take into account when directing a group with special-needs, and how the planned theatrical exercises operated in practice in the summer camp.</p> <p>The research subject of this thesis is explaining the terminology of Tourette's syndrome and OCD, the role and desirable characteristics of a group director and how and what kind of theatrical exercises are appropriate for a summer camp. The sources of information used for this thesis are studies covering Tourette's syndrome and OCD, and many studies about group directing.</p> <p>The thesis discusses the camp work plan and exercises used in the camp. This thesis also shows that, even if it was a so-called special group, it did not affect the planned and implemented activities in any way. The thesis also deals with how the group director will get the group members to work together for the common interest of the group. The thesis goes also through the Drama Instructor Helena Leminen's control entity of the theater mask process in the summer camp context, with the help of a functional description and a theme interview.</p> <p>The summer camp was conducted in Hanko's Lappohja, in the Högsand course center from 15 to 18 July 2016. The camp was attended by 12 children, 16 adults and four camp directors.</p>	
Keywords	Tourette's syndrome, OCD, theatrical expression, directing children and young people

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Oireyhtymien erityispiirteet	2
2.1	Touretten syndrooma	2
2.2	OCD	4
3	Erilaisuus ja ohjaaminen	6
3.1	Aikaisempia kokemuksiani ohjaajuudesta	8
3.2	Mikä tekee hyvän ryhmäohjaajan?	9
4	Osallistujien sitouttaminen	11
5	Toimintasuunnitelma	13
6	Harjoitteiden avaaminen	16
6.1	Naamiotekniikka	22
6.2	Helena Lemisen haastattelu	23
7	Toteutuksen arviointi	25
7.1	Perjantai 15.7.2016	25
7.2	Lauantai 16.7.2016	28
7.3	Sunnuntai 17. ja maanantai 18.7.2016	32
8	Yhteenveto	34
	Lähteet	36
	Liitteet	
	Liite 1. Leiriohjelma	
	Liite 2. Leirikutsu	

1 Johdanto

Sain helmikuussa 2016 kollegani Juuso Torpakon kautta työtarjouksen Suomen Tourette- ja OCD-yhdistys ry:ltä. Yhdistyksen toiminnanjohtaja Tuula Savikuja kysyi minua yhdeksi leiriohjaajaksi yhdistyksen 15.–18.7.2016 järjestettävälle kesäleirille. Yhdistyksen internetsivut kuvaavat toimintaansa seuraavasti:

Yhdistys toimii TS-persoonien, OCD-persoonien, heidän perheidensä ja muiden asiasta kiinnostuneiden yhdyssiteenä. Julkaisemme Touretten oireyhtymään ja OCD:hen liittyvää tietoa, järjestämme jäsenillemme kiinnostavia tapahtumia ja edistämme Touretten ja OCD:n tunnettavuutta muun muassa terveydenhoito-, päiväkot- sekä kouluhenkilökunnan keskuudessa. (Suomen Tourette- ja OCD-yhdistyksen internetsivut.)

Nelipäiväinen leiri järjestettiin Hangan Lappohjassa sijaitsevassa Högsandin kurssikeskuksessa, ja leirille osallistui 12 lasta ja nuorta sekä 16 aikuista. Yhdistys järjestää jäsenilleen kesäleirin joka vuosi, mutta leirien teema kuitenkin vaihtelee. Tämän vuoden teema oli kulttuuri ja meri, ja sen mukaisesti teatterilliset keinot ja menetelmät olivat tarkoituksenmukaisia. Neljän päivän aikana oli tarkoitus järjestää osallistujille vertaistukiryhmiä, erilaisia toiminnallisia harjoitteita ja tietenkin tavanomaista leirielämää saunomisineen ja yhteisine ruokailuineen.

Kevään 2016 lopulla Savikuja pyysi minua ja Torpakkoa tekemään alustavan harjoite-suunnitelman, johon kirjaisimme erilaisia leirillä toteutettavia harjoitteita. Päädyimme käyttämään hyödyksemme jo aikaisemmista töistä hyväksi kokemiamme harjoitteita. Leirillä tehdyllä toiminnalla ei pyritty esitykselliseen lopputulemaan, vaan pelien ja harjoitteiden tarkoituksena oli ryhmäyttää ja tarjota leiriläisille edellisvuosista poikkeavaa tekemistä. Olen kerännyt ja kasannut valtaosan leirillä toteutetuista ja siten tässä opin- näytetyössä avatuista harjoitteista teatteri-ilmaisun ohjaajan opintojeni ajalta. Leirillä toimi Torpakon ja minun lisäksi kolme muuta ohjaaja, joilla jokaisella oli omat vastuu- alueensa. Minun ja Torpakon vastuulla oli suunnitella ja toteuttaa suuri osa perjantain, lauantaina ja maanantain toiminnallisista harjoitteista.

Tässä opinnäytetyössä käyn läpi mitä ovat Touretten syndrooma ja OCD, mitä tekijöitä minun tuli ottaa ryhmänohjaajana huomioon ja kuinka suunniteltu kokonaisuus toimi käytännössä. Lähteinä työssäni käytän useita ohjaajuutta käsitteleviä teoksia sekä Touretten syndroomaa että OCD:ta käsitteleviä tutkimuksia. Samalla avaan myös teat-

teri-ilmaisun ohjaaja Helena Lemisen ohjauskokonaisuutta naamiotekniikan hyödyntämisestä leirikontekstissa.

2 Oireyhtymien erityispiirteet

Kesäleirille osallistuneilla lapsilla ja nuorilla joko Touretten syndrooma tai pakko-oireinen häiriö eli OCD – taustaa. Tässä kappaleessa käyn läpi, mitä nämä oireyhtymät ovat ja pitävät sisällään. Mutta miksi nämä kaksi, ehkä ensikuulemalta toisistaan poikkeavankin kuuloista diagnoosia on laitettu saman järjestön alle? Oireyhtymille on yhteistä se, että Touretten syndroomasta 20–60 prosentilla esiintyy myös pakko-oireita ja OCD-lapsista 20–38 prosentilla on samanaikaisia tic-oireita, jotka viittaavat puolestaan Touretten syndroomaan. (Leppämäki, Sami & Savikuja, Tuula 2014, 30.)

Olen työskennellyt jo vuosia erilaisten erityisryhmien parissa, mutta minulla ei ollut ennen kesäleiriä paljoakaan kokemusta Touretten syndroomasta tai OCD:sta. Tiesin kyllä suurin piirtein mistä kyseisissä oireyhtymissä on kyse, mutta opin kesäleirillä ja tätä opinnäytetyötäni tehdessä paljon uutta.

2.1 Touretten syndrooma

Gilles de la Touretten syndrooma eli tutummin Touretten syndrooma on neuropsykiatrinen oireyhtymä, jossa henkilöllä esiintyy tic-oireita. Näistä oireista puhutaan joskus myös nykimisoireina. Leirille osallistuneesta 12 lapsesta ja nuoresta oli suurella osalla näkyviä tic-oireita. Tic-oireilla tarkoitetaan tahattomia, nopeita, toistuvia liikkeitä tai äännähdyksiä. Yksinkertaisiin ja lyhytaikaisiin tic-oireisiin ei välttämättä liity mitään ennakkotunnetta, eikä henkilö välttämättä ole edes tietoinen oireistaan. Tic-oireet voidaan jakaa äänellisiin tai motorisiin ja yhä edelleen yksinkertaisiin ja monimuotoisiin oireisiin. Yksinkertaisia oireita voivat olla muun muassa silmän räpäyttäminen, suun avaaminen, irvistys yms. ja monimuotoisia voivat puolestaan olla esimerkiksi erilaiset hypähdykset, tai jonkin sanan ja / tai lauseen pakonomainen toistaminen. Ohimenevät tic-oireet ovat lapsilla suhteellisen tavallisia ja niitä esiintyy 10–20 prosentilla kaikista lapsista. Oireiden esiintyvyydessä on kaksi huippua, 6–8-vuotiaana ja juuri ennen murrosikää. (Leppämäki & Savikuja 2014, 51–53.) Yleisimpiä tic-oireita on esitetty taulukossa 1.

Äänelliset (vokaaliset)	<ul style="list-style-type: none"> – yskiminen, kurkun karhentelu, niiskuttaminen, viheltely, hyräily – lintujen tai muiden eläinten äänien matkiminen – yksittäisten sanojen, tavujen tai lauseiden toistaminen – ekolalia: toisten sanomisten toistaminen, kaikupuhe – palilalia: omien sanojen toistaminen
Motoriset	<ul style="list-style-type: none"> – silmien räpyttely, siristely tai aukominen ammolleen – kielen tai huulien pureskelu, huulien nuoleminen, irvistäminen – haukottelu, suun avaaminen – pään tai olkapäiden liikuttelu (toispuolisesti), niskojen nakkelu – sormella tökkiminen tai koskettelu (esineiden tai toisten ihmisten) – potkiminen, hyppeleminen, jalkojen ojentaminen tai taivuttaminen – joidenkin lihasten jännittäminen (esim. vatsa – tai pakaralihakset) – ekopraksia: toisten tekemisten (tahaton) matkiminen

Taulukko 1. (Leppämäki & Savikuja 2014, 53.)

Jos henkilöllä esiintyy pitkäaikaisesti sekä motorisia että äänellisiä tic-oireita, puhutaan Touretten syndroomasta.

Touretten syndroomasta kertovat oireet ilmestyvät lähes aina ennen 18 ikävuotta ja oireyhtymää esiintyy poikkeuksetta kaikissa etnisissä ryhmissä. Miehillä Touretten syndrooma on kolme tai neljä kertaa yleisempi kuin naisilla. Vaikkakin Touretten oireet vaihtelevat henkilöstä toiseen ja niiden vakavuus hyvin lievistä vaikeaan, suurin osa tapauksista on kuitenkin lieviä. Diagnosoidulla henkilöllä saattaa usein olla myös joitakin tai kaikki seuraavista oireista/tiloista: erilaisia pakko-oireita, keskittymishäiriöitä, ylivillkkautta sekä impulsiivisuutta. On arvioitu, että noin puolella prosentilla kouluikäisistä olisi Touretten syndrooma. Monella oireet lievittyvät aikuisiässä, mutta yleensä osa oireista jatkuu läpi elämän. (Suomen Tourette- ja OCD-yhdistyksen internetsivut.)

Taulukossa 2 käydään läpi Touretten syndrooman diagnostiset kriteerit.

Useita motorisia tic-oireita, yksi tai useampia äänellisiä (vokaalinen) tic-oireita esiintyy sairauden aikana, mutta ei välttämättä samanaikaisesti
Tic-oireiden tiheys ja voimakkuus voivat vaihdella, mutta niitä on esiintynyt vähintään vuoden ajan
Oireet alkavat ennen 18 vuoden ikää
Oireet eivät ole seurausta jonkin aineen suorasta fysiologisesta vaikutuksesta (esim. kokaiini) tai muusta sairaudesta

Taulukko 2. Touretten syndrooman diagnostiset kriteerit (Savikuja, Tuula 2016.)

Touretten syndrooma on maassamme harvinainen ja tietämys siitä, mitä se pitää konkreettisesti sisällään vähäistä. Suomen Tourette- ja OCD-yhdistyksen internetsivuilla lukee aiheesta seuraavasti:

Useimmat ihmiset, joilla on TS elävät tuottavaa elämää ja toimivat kaikissa eri ammateissa ja tehtävissä. Parasta mitä me voimme tehdä "TS-geenin" kohtaan mien ihmisten hyväksi, on lisätä yleistä tietoisuutta ja toleranssia TS:n oireita kohtaan, sekä levittää tietoa tuki- ja hoitomahdollisuuksista. (Suomen Tourette- ja OCD-yhdistyksen internetsivut.)

2.2 OCD

Vaikeat tic-oireet saattavat aiheuttaa henkilössä ahdistusta ja johtaa yrityksiin hallita sekä oireita että ennakkotunteita erilaisilla pakonomaisilla tekemisillä tai rituaaleilla. Pakko-oireinen häiriö, eli OCD (engl. Obsessive-compulsive disorder) on sairaus, jossa henkilö kärsii häiriön nimen mukaisesti pakko-oireista. OCD:n yleisyys väestöstä on eri tutkimuksissa vaihdellut 0,6–3 prosentin välillä, joten todennäköisesti noin 1–2 prosenttia koko maailman väestöstä kärsii jonkinasteisista oireista. OCD voi puhjeta missä vaiheessa elämää tahansa ja se on jaettavissa karkeasti kahteen eri ryhmään: varhain alkavaan ja myöhään alkavaan. Kuitenkin 75 prosenttia oireista kärsivistä on sairastunut keskimäärin 11 vuoden iässä. Varhain alkavaa OCD:ta tavataan miehillä 2–3 kertaa useammin kuin naisilla. Myöhään alkava OCD puhkeaa keskimäärin 23 vuoden iässä ja se on taas puolestaan yleisempi naisilla. OCD:n eteneminen ja kulku on usein vaihtelevaa. Oireet saattavat lisääntyvät kuormittavissa elämänvaiheissa ja vähentyä taas stressin helpottaessa. OCD voi olla myös täysin ohimenevä, ja osa sairastuneista toipuu jopa täysin muutaman vuoden kuluessa. Pahimmillaan OCD voi olla krooninen sairaus, joka kestää vuosikymmeniä, jopa koko eliniän. (Leppämäki & Savikuja 2014, 30–33.)

Pakko-oireet on jaettavissa kahteen eri pääryhmään: pakkoajatuksiin eli obsessioihin ja pakkotoimintoihin eli kompulsioihin.

Pakkoajatus (obsessio)	Pakkotoiminto (kompulsio)
Likaa, taudinaiheuttajia, bakteereita ja ympäristön saasteita ym. koskevat pelot	Peseytymis- ja puhdistautumispakkotoimet, välttely, suojautuminen (esim. kumihanskat)
Pelko siitä, että huolimattomuudellaan aiheuttaa sen, että kotiin murtaudutaan tai asunnossa syttyy tulipalo	Tarkistaminen (että ovi on kiinni, sähkölaitteet pois päältä ja irti seinästä)
Pelko, että tapahtuu jotain ikävää (esim. läheinen kuolee), jos tavarat eivät ole oikeilla paikoillaan	Järjestäminen

Taulukko 3. (Leppämäki & Savikuja 2014, 34.)

Pakkoajatukset ovat spontaaneja, usein epämiellyttäviä ja vieraan tuntuksia ajatuksia, mielikuvia tai mielihaluja. Pakkotoiminnot ovat puolestaan toimintoja, jotka henkilön on mielestään pakko tehdä aina tietyn kaavan tai sääntöjen mukaan. Toiminto voi olla näkyvä, kuten käsien peseminen tai tavaroiden järjestäminen, tai se voi olla mielen- sisäinen, kuten laskeminen tai tiettyjen sanojen toistaminen. (Leppämäki & Savikuja 2004, 33–35.)

Kompulsioilla yleensä pyritään tavalla tai toisella vähentämään pakkoajatuksiin liittyvää ahdistusta. Pakkotoiminto voi henkilön uskomuksen mukaan olla ikään kuin näennäisesti loogisessa yhteydessä pakkoajatukseseen. Esimerkiksi henkilön, joka pelkää bakteereiden aiheuttamia tartuntoja (obsessio) voi pestä käsiään hyvin usein (kompulsio). Normaalissa määrin käsien säännöllinen peseminen on hyvästä ja tarpeellista, mutta siitä tulee pakkotoiminto silloin kun henkilön täytyy toistaa sitä jopa kymmeniä kertoja päivässä. Vastaavanlaiset toiminnot täytyy usein myös toimittaa juuri tietyllä, jopa rituaalimaisella tavalla ja näitä toimintoja koskee usein hyvin tarkat säännöt ja rutiinit. (Leppämäki & Savikuja 2014, 10–15.)

Ajan myötä ja oireiden lisääntyttyä useimmat OCD:tä sairastavat saattavat kokea pakkotoiminnot liiallisiksi ja ymmärtävät, että niistä ei todellisuudessa ole mitään hyötyä. Tästä syystä voimakkaiden ja aikaa vievien pakkotoimien suorittaminen voi olla äärimmäisen ahdistavaa. (Leppämäki & Savikuja 2014, 13–15.)

Taulukossa 4 käydään läpi OCD:n diagnostiset kriteerit.

<p>A. Joko pakkoajatuksia, pakkotoimintoja tai molempia: Pakkoajatuksen määritelmä (kohtien 1 ja 2 tulee molempien täyttyä): Toistuvia tai pitkäaikaisia ajatuksia, mielihaluja tai mielikuvia, jotka henkilö kokee, ainakin jos- sain vaiheessa häiriön kulkua, mieleen tunkeutuviksi ja ei-toivotuiksi ja jotka useimmissa ihmisi- sissä aiheuttavat huomattavaa ahdistusta tai kärsimystä. Henkilö yrittää olla välittämättä tai tukahduttaa nämä ajatukset, mielihalut tai mieliteot, tai yrit- tää neutralisoida niitä jollain toisella ajatuksella tai teolla (esimerkiksi pakkotoiminnolla) Pakkotoiminnon määritelmä (kohtien 1 ja 2 tulee molempien täyttyä): Toistuvia toimintoja, joko ulkoisia (esim. käsien peseminen, järjestäminen, tarkistaminen) tai mielensisäisiä (esim. rukoileminen, laskeminen, äänetön sanojen toistaminen), jotka henkilö kokee välttämättömäksi tehdä, joko seurauksena pakkoajatuksista tai tiettyjen jäykkien sään- töjen mukaan. Näiden ulkoisten tai mielensisäisten toimintojen tarkoitus on joko estää tai vähentää ahdistusta tai kärsimystä tai estää jokin pelätty tapahtuma tai tilanne. Nämä toiminnot eivät kuitenkaan liity realistisella tavalla siihen, mitä niillä yritetään estää tai neutralisoida, tai ne ovat selvästi liiallisia.</p>
<p>B. Pakkoajatuksia tai pakkotoiminnot ovat joko aikaa vieviä (niihin kuluu yli tunti päivässä) tai ne aiheuttavat merkittävää kärsimystä tai heikentävät toimintakykyä ihmissuhteissa, työelä- mässä tai muilla merkittävillä elämän osa-alueilla.</p>
<p>C. Pakko-oireet eivät ole seurausta minkään aineen fysiologisesta vaikutuksesta (esim. päih- de, lääke) tai mistään somaattisesta sairaudesta.</p>
<p>D. Häiriö ei selity paremmin minkään muun mielenterveyden häiriön oireilla (esim. liiallinen huolestuneisuus, kuten yleistyneessä ahdistuneisuushäiriössä; päähänpinttymä ulkonäöstä, kuten ruumiinkuvahäiriössä; vaikeus heittää pois tai luopua tavaroista, kuten hamstraushäiri- össä; karvojen nyppiminen, kuten trikotillomaniassa (karvojennypmishäiriö); ihon nyppimi- nen, kuten ihonnyppimishäiriössä; toistoliikkeet, kuten stereotyyppisessä liikehäiriössä; rituaa- linomaiset ruokailutavat, kuten syömishäiriössä; viehtymys päihteisiin tai uhkapeleihin, kuten päihteisiin liittyvässä riippuvuushäiriössä; pakkomielle sairaudesta, kuten terveysahdistushäiri- össä; seksuaaliset mielihalut tai fantasiat, kuten seksuaalisissa kohdehäiriöissä; hetken mieli- johteet, kuten impulssikontrolli- ja käytöshäiriöissä; syyllisyydentunteiden hautominen, kuten vakavassa masennustilassa; ajatusten siirtäminen tai harhaluulot, kuten skitsofreniakirjon tai muissa psykoottisissa häiriöissä; tai toistuvat käytösmallit, kuten autismikirjon häiriöissä).</p> <p>Tarkennetaan, jos: Hyvä tai kohtalainen sairaudentunto: Henkilö tunnistaa hyvin tai kohtalaisen hyvin, että OCD:hen liittyvät uskomukset eivät ole totta Huono sairaudentunto: Henkilö uskoo, että OCD:hen liittyvät uskomukset todennäköisesti ovat totta Puuttuva sairaudentunto/harhaluuloja: Henkilö on täysin vakuuttunut siitä, että OCD:hen liitty- vät uskomukset ovat totta. Tarkennetaan, jos: Tic-oireisiin liittyvä: Henkilöllä on ajankohtaisesti tai aiemmin ollut jokin nykimishäiriö (tic- häiriö).</p>

Taulukko 4. OCD:n diagnoosikriteerit DSM-5:n mukaan (Leppämäki & Savikuja 2014, 17–18.)

3 Erilaisuus ja ohjaaminen

Henkilöillä joilla on Touretten syndrooma tai OCD, saattaa olla myös valtaväestöstä poikkeava maailmankuva. Oma erityislaatuisuus saattaa vaikuttaa yksilön minä- ja maailmankuvaan voimakkaasti ja ohjaajan tai opettajan onkin luotava sellaiset olosuh-
teet, joissa oppilaan oppimisvalmiudet kehittyvät ja hän ymmärtää henkilökohtaisesti

tehdyn toiminnan tarkoituksen ja merkityksen. Erityisryhmiin kuuluvien oppijoiden ongelmana on usein ympäröivän maailman kaaottisuus. Tämän kaaoksen keskellä elävältä henkilöltä voi puuttua kokonaan hallinnan kokemus suhteessa omaan elämään. Tämä voi näkyä esimerkiksi siten, että oppilas ei välttämättä täysin ymmärrä sitä, että miten ja kuinka hänen tulisi tehdä ja toimia annettujen ohjeiden mukaisesti. Erityisryhmiin kuuluvilla ihmisillä voi usein olla myös huono minäkuva ja itsetunto. Syinä tähän saattaa usein olla esimerkiksi kokemukset kiusaamisesta, epäonnistumisista, huonomuudesta, oppimisvaikeuksista ja hallinnan kokemuksen puutteesta. (Kaikkonen, Markku & Uusitalo, Kaarlo 2005, 75–79.)

Ohjaajan ja opettajan päämäärä ja suurin haaste on aikaansaada oppimista ja ymmärtämistä. Jotta näin tapahtuisi, tulee ohjaajan omata laaja kokemus ja ammattitaito monella eri aihealueella. Esimerkiksi tämän kesäleirin puitteissa pelkkä teatteriharjoitteiden hallitseminen ei riitä; ohjaajalla täytyy olla myös kokemusta lasten ja nuorten sekä erityisryhmien ohjaamisesta. Näitä ammattitaidon muita alueita ovat muun muassa pedagoginen osaaminen, teoreettisen viitekehyksen tuntemus, opetettavan aiheen hallinta ja ymmärrys erilaisista tavoista oppia. Ohjaajan tulee myös tietää ohjattavien mahdollisista oppimista vaikeuttavista tekijöistä, kuten esimerkiksi erilaisista häiriöistä ja joskus myös erityislahjakkuuksista, sekä mahdollistaa oppiminen ja nähdä ohjattavissaan potentiaali oppimiselle. Ohjaajan on tärkeää puntaroida, kuinka valjastaa ryhmän tai yksilön omat voimavarat tukemaan oppimista. Ennakkokäsitykset ja odotukset voivat kuitenkin ohjata myös itse ohjaajaa harhaan. (Kaikkonen & Uusitalo 2005, 78–79.)

Helsingin yliopistolle tekemässään väitöskirjassa *Mielen ja musiikin ikkunat autismiin* (2004) Elina Kontu lanseeraa termin ”pedagoginen kohtaaminen”, jolla hän kuvaa opettajan ja oppilaan välistä vuorovaikutusta. Konnun mukaan ohjaajan tai opettajan tulee välittää ympäristöä henkilölle, juuri hänelle sopivalla tavalla. Näin ohjattavan on mahdollista liittää annettu informaatio osaksi omaa elämäänsä. Ohjattava ymmärtää miksi toimintaa ylipäättään tehdään, hallitsee näin omaa osaamistaan ja tätä kautta myös ympärillään tapahtuvia ilmiöitä. Toiminnan tulee olla oppilaan ymmärryksen tasoista ja se onkin edellytys, jotta tämä ”pedagoginen kohtaaminen” voi muodostua. (Kontu, Elina 2004, 83.)

Kirjassa *Soita mitä näet* (2005) musiikkiterapeutti Kaarlo Uusitalo kirjoittaa, että ohjaajan tai opettajan on hyvä ottaa työssään huomioon seuraavat seikat:

Ohjeiden on oltava yksinkertaisia (ei useampaa kuin 3 ohjetta kerralla)
Oppiminen edellyttää jatkuvaa kertaamista
Tehtäviä pitää antaa yksilöllisten valmiuksien mukaisesti
Ohjauksen kesto ja toimintatapojen vaihtelu tulee suhteuttaa keskittymiskykyyn, keskittymistä useaan tehtävään samanaikaisesti ei kannata vaatia
Rohkaisu ja tukeminen on tärkeää
Tavoitteiden asettelun on oltava realistisia
Opitun ja uuden asian väliltä kannattaa etsiä ja osoittaa asiayhteys
Toiminnan on oltava ymmärrettävää
Oppimiselle on annettava aikaa

Taulukko 5. (Kaikkonen & Uusitalo 2005, 81)

Vaikka kesäleirin puitteissa toteutettu toiminta oli ryhmämuotoista, täytyi minun ohjaajana ymmärtää ottaa jokainen ohjattava huomioduksi myös yksilöinä. Mahdolliset oppimiseen tai toimintaan liittyvät vaikeudet tai ongelmat ovat eri henkilöillä aina erilaisia. Ohjaamisessa ei ole kyse jonkin valmiin mallin suuntaamisesta kohti ”objektia”, vaan ohjattava on nähtävä kasvatuksen subjektina. Jotta ohjatusta tilanteesta rakentuu jäsentynyt kokonaisuus, on ohjaajan tiedostettava, että millaista teoreettista lähestymistapaa hän tai hänen toimintaympäristönsä noudattaa. (Kaikkonen & Uusitalo 2005, 78–79.) Leiritoiminnan oli tarkoitus olla kaikille osallistujille mukavaa ja antoisaa tekemistä, joten leiriläiset huomioiminen ryhmänä ja yksilöinä oli tärkeää.

3.1 Aikaisempia kokemuksiani ohjaajuudesta

Valmistuin syksyllä 2011 sosionomiksi (AMK) Laurea-ammattikorkeakoulusta ja olen vuosien saatossa saanut työskennellä monien erilaisten ryhmien ja oppijoiden, kuten lastensuojelunuorten ja kehitysvammaisten musiikkioppilaiden parissa. Näin jälkikäteen tarkasteltuna voin todeta, että en ole töissäni juuri ohjannut ei-erityisryhmiin kuuluvia, tai niin sanottuja ”normaaleja” henkilöitä tai ryhmiä.

Toimin ennen teatteri-ilmaisun ohjaajan opintojeni alkua eräässä eteläsuomalaisessa nuorisokodissa ohjaajana, ja käytin työssä hyödykseni musiikkia aina mahdollisuuksien mukaan. Osa nuorisokodissa asuvista nuorista harrasti musiikkia, kuten esimerkiksi kitaransoittoa, ja koin yhteisen musisoinnin olevan luonnollinen tapa tutustua ja toimia vuorovaikutuksessa kyseisten nuorten kanssa. Olen tehnyt sosiaalialan opintoihini liittyvän opinnäytetyön *Mihin sanat loppuvat – musiikki lastensuojelutyössä* (2011), jossa käsittelen taidepainotteisten menetelmien, erityisesti musiikin hyödyntämistä lastensuo-

jelutyön kentällä. Työssä painotan sitä, kuinka musiikkia voi käyttää työkaluna sosiaalisen vuorovaikutuksen ja kontaktin luomiselle. Ohjaan edelleen musiikki- ja teatteripainotteisia työpajoja lastensuojelun parissa. Toteutin viimeisimmän pajan Helsingin kaupungille keväällä 2016, ja seuraavan kokonaisuuden suunnittelu on jo käynnissä.

Olen myös toiminut opettajana Helsingin Kulosaassa sijaitsevassa Musiikin erityispalvelukeskus Resonaarissa kevästä 2011 lähtien. Musiikkikoulussa oppilaskuntani koostuu monenlaisista erityisoppijoista, joista joillakin on esimerkiksi autismiin viittaavia piirteitä, Downin syndroomaa ja ADHD:hen kuuluvia oireita. Resonaarin internetsivuilla musiikkikoulun toinen rehtori Markku Kaikkonen kuvaa Resonaarin toimintaa seuraavalla tavalla:

Uskomme erilaisten oppijoiden kykyyn oppia, ja opetamme jokaista oppilasta yksilöllisesti. Opettajan tehtävänä on löytää kullekin oppilaalle paras oppimismenetelmä. (Musiikin erityispalvelukeskus Resonaarin internetsivut.)

Pääsin kesällä 2015 Teatteri ILMI Ö:n teatteriosuuskunnan jäseneksi. Olen sittemmin toiminut ryhmänohjaajana myös ILMI Ö:n teatterikoulun teatteritaiteen perusopetuksessa opettajan työparina, ohjaajana Sytytin –jatkohankessa, joka on osa Suomen lasten ja nuorten säätiön Myrsky –hanketta, näyttelijänä muutamassa teatterin omassa produktiossa ja nyt viimeisimpänä teatterikerhon ohjaajana valtion Kärkihankkeessa. Kärkihanke ja ILMI Ö työllistivät minut Kulosaaren yhteiskouluun opettamaan teatterillisiä menetelmiä yläasteikäisille nuorille kahtena iltapäivänä viikossa lukuvuoden 2016–2017 ajaksi.

Musiikki on aina ollut tärkeä osa elämääni. Olen lapsesta asti toiminut erilaisissa yhtyeissä muusikkona, ja soitan ja laulan tänäkin päivänä erilaisissa kokoonpanoissa. Koulutuksieni kautta olen löytänyt työmahdollisuuksia, joissa pääsen hyödyntämään harrastuksiani ja mielenkiinnonkohteitani. Kaikki tekemäni ja kokemani on muokannut minusta sen ryhmänohjaajan, joka tänä päivänä olen.

3.2 Mikä tekee hyvän ryhmänohjaajan?

Hyvä ryhmänohjaaja on utelias, kykenee tulemaan toimeen levottomuuden, epävarmuuden ja ennustamattomuuden kanssa. Hänen suhteensa ohjattaviin henkii läsnäoloa, kykyä vuoropuheluun ja vuorokuunteluun. Hänellä on oltava myös kykyä heittäytyä ryhmän osaksi, yhdeksi sen jäsenistä.

Yksilöllinen, omista juurista lähtevä, persoonallinen ja avoin toimintaote ovat niitä tekijöitä, joita monipuolinen ryhmänohjaaja tarvitsee. Omat kokemukset eletystä elämästä vaikuttavat siihen, kuinka mallinamme ja toteutamme itseämme ja tekojamme tulevaisuudessa. (Haavikko, Ritva & Ruth, Jan-Erik 2000, 91.) Luovien menetelmien ja taiteiden parissa työskennellessä epävarmuus on usein vahvasti läsnä. Ryhmänohjaajan tulee ohjata ryhmän jäseniä aktiivisiksi ja saada heidät huomaamaan, että heidän ideansa otetaan vakavasti. Ryhmän luottamus on tärkeä saavuttaa yhä uudelleen. Pelko epäonnistumisesta, tai tunteet omasta riittämättömyydestä saattavat lamauttaa tekijän paikalleen. Näille tunteille ei voi antaa liian suurta jalansijaa ja ohjaajan täytyy tehdä päätöksiä ja käyttää ammatillista osaamistaan. Hänen täytyy löytää keinot, joiden avulla kykenee kitkemään epävarmuuden ohjattavista. Ryhmänohjaaja luo omalla esimerkillään hedelmällisen ilmapiirin, jossa ryhmän jäsenten on hyvä ja helppo toimia. (Haavikko & Ruth 2000, 96.)

Älykkyyden tutkija Louis Leon Thurstonen mukaan avoin asennoituminen uusiin ideoihin edistää luovuutta enemmän kuin kriittinen suhtautumistapa. Tärkeintä ongelmanratkaisussa ei ole niinkään ratkaisun, vaan uuden näkökulman löytäminen ongelmaan. Taiteellisille prosesseille ja toiminnalle onkin ominaista juuri estoton ja subjektiivinen kuvitteellisuus. (Haavikko & Ruth 2000, 17–18.) Thurstonen teoria tukee ajatusta siitä, kuinka esimerkiksi teatteriohjaaja tekee työtään aina omista lähtökohdistaan lähtien.

Voidaksesi hallita mitä tahansa tilannetta sinun on tunnettava itsesi ja osattava käsitellä heikkouksiasi; lisäksi sinun on tunnettava oma tyylisi sekä osattava hyödyntää vahvuuksiasi (Prashnig, Barbara 1996, 244).

Pelkkä oman itsensä tunteminen ei kuitenkaan riitä. Toinen tärkeä ohjaajan ominaisuus on empatiakyky ja kyky lukea toisia ihmisiä. Oma tunneherkkyyttä, tai niin sanottua ”tunteiden sävelkorvaa” täytyy pitää yllä ja kehittää alati, jotta kykenemme ymmärtämään erilaisia näkökulmia ja näkökantoja. Havainnoimalla toisiamme opimme erilaisista sosiaalisista käytänteistä. Jokaisella ihmisryhmittymällä, oli kyse sitten eri kansallisuuksista, tai vaikka ihan omasta työryhmästä, on omat sisäiset norminsa, käytänteensä ja kulttuuriset eronsa, jotka jäsenten täytyy ottaa huomioon. Ryhmänohjaajan on hyvä osata hahmottaa ja kyetä erottelemaan ne taajuudet, jotka kietoutuvat eri ihmisten puheisiin ja tekoihin. Jo pelkkä merkitsevä äänensävy tai hienoinen asennon muutos, paljonpuhuva hiljaisuus tai paljastava äänen värähdys voi kertoa enemmän kuin sata sanaa. (Goleman, Daniel 1997, 128–129.)

Empatia rakentuu itsetuntemukselle; mitä paremmin ymmärrämme omat tunteemme, sitä taitavampia olemme lukemaan myös muiden mielialoja (Goleman 1997, 129). Fyysinen ja henkinen empatiakyky ovat tunteiden tiedostamisesta ja ”ihmistaidoista” tärkeimpiä. Ihmiset eivät yleensä ilmaise tunteitaan sanoin, vaan ne välittyvät muiden merkkien avulla. Tunteiden havainnoinnissa on tärkeintä osata lukea näitä muita viestintätapoja: äänenpainoja, eleitä, ilmeitä ja niin edelleen. (Goleman 1997, 129–130.) Se kuinka tunnistamme ja tulkitsemme edellä mainittuja tekijöitä vaikuttaa oleellisesti siihen, kuinka kykenemme esimerkiksi toimimaan ryhmänohjaustilanteessa. Ohjaajan empaattinen ymmärtäminen ohjaa ohjattavien suhtautumista itseensä ja toisiin. Ymmärtävä ote toimii esimerkkinä ja välittää ryhmäläisille hyväksyvää toimintakulttuuria ryhmän sisällä.

4 Osallistujien sitouttaminen

Sitouttamisella tarkoitan ryhmän jäsenten motivoimista liittyä ryhmän arvoihin, menettelytapoihin ja käytäntöihin. Kuten jo aiemmin mainitsin, oli leiriläisistä osalla näkyviä tics-oireita, joka viittaa vahvasti Touretten syndroomaan. Osalla lapsista ja nuorista oli myös OCD, ja vaikka se ei näy heti päällepäin, oli minun ohjaajana hyvä tietää ja huomioida se. Erilaisuuden kokemukset ovat usein voineet vaikuttaa leirille osallistuneiden lapsien ja nuorten halun ja tapaan toimia ryhmätilanteissa. Leirillä tehdyt harjoitteet sisälsivät paljon ilmaisua, mikä saattoi kuulostaa osalle leiriläisistä pelottavalta. Katseenalaiseksi joutuminen on hankala paikka kenelle tahansa ja kohderyhmä huomioon ottaen, oli tärkeää luoda turvallinen ja hyväksyvä ilmapiiri.

Ohjaajana minun tuli pystyä luomaan sellainen toimintatilanne, josta syntyy positiivinen tunnekokemus vailla arvostelun pelkoa. Tämä saavutetaan onnistumisen kokemusten kautta ja silloin, kun ihminen ymmärtää toimintansa merkityksen ja osaa nauttia siitä. Tekeminen luo tunnetilan, joka on kokemuksen kanssa samanaikaisesti esillä, ja se antaa myös eniten palautetta omasta toiminnasta. Koettu tunnetila siis vaikuttaa motivaation syntymiseen ja sitä kautta työskentelyyn sitoutumiseen. (Kontu 2004, 33.) Kati Laaksonen kirjoittaa Sibelius-Akatemialle tekemässään pro gradu – tutkielmassa *Kuvionuotit dysfaattisten lasten kuntoutuksessa: Terapeuttisesti orientoituneen soitonopetusmenetelmän testaus, kuvaus ja kehittäminen* (1998), että yksilön motivaation syntymiseen vaikuttavat sisäinen ja ulkoinen motivaatio:

Sisäinen motivaatio	Ulkoinen motivaatio
Tarpeet	Sosiaalinen tunnustus
Asenteet	Epäonnistumisen pelko
Toiveet	Menestyminen
Sympatit	Palkkiot
Antipatit	Rangaistukset
Harrastukset	Arviointi
Tavat	

Taulukko 6. Sisäiset ja ulkoiset motivaatiot (Kaikkonen & Uusitalo 2005, 86).

Sisäinen motivaatio syntyy nimensä mukaisesti yksilön sisäisistä asioista ja ulkoinen puolestaan yksilön toimintaa ulkopuolelta kontrolloivista tekijöistä. (Laaksonen, Kati 1998, 4.) Kokonaisuutena yksilön motivaation syntymiseen vaikuttavat siis yksilön sisäiset ja ympäristön tekijät vuorovaikutuksessa keskenään. (Kaikkonen & Uusitalo 2005, 86.)

Motivoitunut ihminen tekee sellaisia valintoja, jotka ovat toiminnan kannalta hyödyllisiä. Motivoitunut ihminen on tarkkaavainen ja suuntaa intensiteettinsä toiminnan suuntaan, hän on pitkäjänteinen ja sitkeä ja hänen toimintansa laatu on hyvää. (Ahonen, Kari 2004, 154.) Tällöin myös tarkkaavuuden kehittymistä on helppo tukea ja suunnata toiminnan ja kehittymisen kannalta mielekkäästi. Ohjaajan haasteena onkin tuoda tai saattaa ohjattava ”tarkkaavuuden keskiöön”. (Äystö, Seija & Das, J.P. 1995, 26–27.)

Kuten jo mainitsin, saattoi leirillä tarjottu toiminta kaikessa taidepainotteisuudessaan olla osalle osallistujista alkuun hieman pelottavaa. Katseenalaiseksi joutuminen, tai itsensä esille nostaminen saattaa olla asema, johon moni leiriläinen ei omasta aloitteestaan hakeudu. Painotin kuitenkin heti leirin alusta alkaen, että toiminnassa ei ole kyse lahjakkuudesta, lahjattomuudesta, osaamisesta tai osaamattomuudesta, ainoastaan osallistumisesta ja avoimuudesta uusille asioille. Kai Vakkuri kirjoittaa kirjassaan *Leikki ja luovuus – näin lisää luovuutta leikin avulla* (1999), että luovassa tekemisessä on uskallettava olla sellaisten voimien alaisina, jollaisia emme aina itsekään tiedä meillä olevan. (Vakkuri, Kai 1999, 78.) Tahto tehdä ja osallistua olivat avainasemassa. Uskon siihen, että kaikki ihmiset ovat luovia omilla tavoillaan ja ohjaajana tehtäväni oli saada leiriläiset osallistumaan heidän omien resurssiensa puitteissa. Leirillä tarjotun toiminnan tarkoituksena ei ollut luoda tai esittää näytelmää, vaan saada osallistujat ryhmäytymään ja ennen kaikkea toimimaan yhdessä. Käytännössä teimme leirillä monenlaisia teatterillisia harjoitteita.

5 Toimintasuunnitelma

Tapasimme kaikkien ohjaajien kesken kolme kertaa ennen varsinaista leiriä. Kahtena ensimmäisenä tapaamiskertana kävimme läpi leiripäivien aikatauluja ja käytännön järjestelyihin liittyviä seikkoja. Näiden tapaamisten jälkeen teimme Torpakon kanssa alustavan toimintasuunnitelman meille tarkoitetulle ohjausosiolle. Torpakko on kollegani Musiikin erityispalvelukeskus Resonaarista ja olemme olleet työkavereita jo vuosia. Olemme myös ohjanneet musiikki- ja teatteripainotteisia pajakokonaisuuksia muun muassa Lasten ja nuorten säätiön alaisuudessa VALMA – luokkalaisille, eli ammatilliseen peruskoulutukseen valmentavilla kursseilla oleville nuorille.

Työsuunnitelman tekeminen ja yhteistyö oli välillämme mutkatonta. Torpakko oli myös toiminut yhdistyksen edellisellä kesäleirillä ohjaajana, joten hänellä oli hyvä ymmärrys siitä, minkälaisen ryhmän kanssa tulisimme toimimaan neljän päivän ajan. Edelliskesän teemana oli ollut musiikki ja Torpakko osasi tämän vuoden osallistujalistaa katsomalla sanoa, että leiriläisistä suuri osa oli hänelle jo entuudestaan tuttuja henkilöitä. Viimeinen yhteinen tapaamisemme kaikkien ohjaajien kesken oli leiripaikalla leiriä edeltävänä iltana ja kävimme silloin suunnitelmamme läpi viimeisen kerran.

Olen ohjannut teatterillisia harjoitteita viimeisen neljän vuoden aikana hyvin monenlaisille ryhmille ja ennako-odotukseni tulevaa kohtaan olivat positiiviset. Lasten ja nuorten kanssa toimiminen on aina ollut lähellä sydäntäni ja työ on minulle miellyttävää ja innostavaa. Draamallisissa harjoitteissa tekemisen ja oppimisen vastuu jaetaan yhdessä ryhmän ohjaajan ja osallistujien kesken. Tällä tavalla ryhmän jäsenet ovat kollektiivisesti vastuussa omasta ja toistensa tekemisestä. Ajatus ylhäältä alaspäin tulevasta viisaudesta on poissa ja ohjaajan rooli on ylläpitää dialogisuutta ja haastaa ajattelemaan, pikemminkin kuin antaa valmiita vastauksia. Ajatus siitä, ettei ole yhtä oikeaa tai väärää helpottaa ja kannustaa kokeilemaan.

Ohjaussuunnitelmaamme ja sen toteutukseen vaikuttivat ryhmän koko, ikäjakauma ja käytettävissä oleva aika. Teatteri-ilmaisua sisältäviä päiviä leirillä oli kolme; perjantai, lauantai ja maanantai. Sunnuntai oli varattu kokonaan yhteiselle retkelle Rosalaan ja Bengtskärin majakalle. Vaikka leiri oli kokonaiskestoltaan pitkä, oli varsinaiseen teatteri-ilmaisuun suhteellisen vähän aikaa jokaista päivää kohden. Tämä on ymmärrettävää, sillä leiri ei ollut pelkkä taideleiri, vaan Suomen Tourette- ja OCD-yhdistys ry:n kesäleiri, joka sisälsi paljon muutakin kuin teatterillisia harjoitteita. Leirin tavoitteina oli saattaa

yhdistyksen jäseniä yhteen, synnyttää keskustelua vertaistukiryhmien kautta, luoda kontakteja ihmisten välille. Näiden tavoitteiden ohella oli muistettava, että kyseessä oli kuitenkin kesäleiri, joka tulisi pitämään sisällään myös mukavaa yhdessäoloa ja leirielämää kauniissa miljöössä.

Teatteri-ilmaisuun oli varattu leiriohjelman mukaisesti yhteensä noin viisi tuntia. Tämä aika jakautui kolmelle eri päivälle ja jouduimme tekemään päätöksen sen välillä, että teetämmekö ryhmille joka päivä täysin erilaisia harjoitteita, vai teemmekö joka päivä sekä uusia että ryhmälle tutuksi tulleita harjoitteita. Päädyimme Torpakon kanssa jälkimmäiseen vaihtoehtoon, sillä toiston kautta saimme ryhmän nopeasti mukaan toimintaan ja uudet harjoitteet pitivät ryhmän valppaana. Käsittelen toiminnan arviointia laajemmin kappaleessa 7.

Alla näkyy leirin toimintasuunnitelma sekä toiminnan ohjaajat. Leiriläisille jaettu leiriohjelma on liitteenä työn lopussa (liite 1).

Perjantai 15.7.

Klo.	Mitä tapahtuu
17.00–17.30	Tuloinfo (Tuula Savikuja, Päivi Reinikka)
17.30–18.15	Ryhmäytyminen (Heikki Tani, Juuso Torpakko)
18.15–21.00	Naamioiden tekemistä (Helena Leminen)

Ryhmäytyminen:

- Nimikylttien tekeminen
- Taputukset ringissä
- Läpsy
- Paperin taittaminen
- Peukalon nappaaminen

Lauantai 16.7.

Lauantain toiminta toistettiin lähes samanlaisena sekä lapsille että aikuisille seuraavan aikataulun mukaisesti:

- Klo. 9.00 – 11.00 lapset
- Klo. 12.30 – 14.30 aikuiset

Klo.	Mitä tapahtuu
9.00–9.30	Lämmittävät / virittävät harjoitteet
9.30–10.00	Toiminnalliset harjoitteet
10.00–10.15	Tauko
10.15–10.55	Toiminnalliset harjoitteet
10.55–11.00	Jäähdytys / lopetus

Erona lasten ja nuorten sekä aikuisten kokonaisuuksien välillä oli se, että ohjasimme aikuisia kirjoittamaan tanka-runoja aamupäiväisistä vertaistukiryhmissä virinneistä keskusteluista. Tanka –runojen erityispiirre on sen runomitta. Runon rakenne jakautuu viiteen eri riviin, jossa on tietty määrä tavuja. Ensimmäiselle riville tulee viisi tavua, toiselle seitsemän, kolmannelle jälleen viisi ja viidennelle ja kuudennelle riville tulee taas seitsemän tavua. Runojen kirjoittaminen korvasi kohdassa 2. näkyvän bodyperkussiosuuden. Jaoin lauantain kokonaisuuden kolmenlaisiin harjoitteisiin:

1. Lämmittävät / virittävät harjoitteet

- Venyttely
- Taputukset ringissä
- Läpsy

2. Toiminnalliset harjoitteet

- Lapset ja nuoret: Bodyperkussio + äänimaiseman luominen / Aikuiset: Runojen kirjoittaminen
- Brasilialainen hypnoosi
- Peili
- Liity kuvaan, olen puu (+ ajatuskuplat)

3. Jäähdytys / lopetus

- Kullervon kirous
- Peukalon nappaaminen
- Katseet ylös, alas

Maanantai 18.7.

Klo.	Mitä tapahtuu
9.30	Kokoontuminen pihalle ja info (Tuula Savikuja)
9.45–10.30	Olen puu + naamioiden valokuvaaminen ryhmittäin (Heikki Tani + Juuso Torpakko)
10.30–11.15	Pakkaaminen + tauko
11.15–11.50	Arviointi / mielipidejana (Heikki Tani)
11.50–12.00	Loppukuva (Heikki Tani)

6 Harjoitteiden avaaminen

Tässä kappaleessa avaan suunniteltujen harjoitteiden sisältöä ja rakennetta. Olen myös kirjottanut jokaisen harjoitteen perään muutamalla lauseella huomioita, joita ohjaajan on hyvä ottaa huomioon ohjaustilanteessa. Pyrimme seuraavilla harjoitteilla saamaan aikaiseksi ryhmäytymistä, heittäytymistä, improvisaatiota ja yhteistyötä. Tämän lisäksi halusimme vahvistaa leiriläisten positiivista minäkuvaa ja sosiaalista tietoisuutta toisten huomioon ottamisen kautta. Painotimme leiriläisille, että emme ole tekemässä näytelmää, eikä harjoitteiden tavoitteena ole saada valmista produktia. Halusimme saada leiriläiset toteuttamaan itseään luovasti ja siten, että yksilöllinen ja yhteinen tekeminen oli tärkeämpää kuin itse tuotos. Mielestäni rohkeus, vapaus, spontaaniisuus ja itsensä hyväksyminen olivat niitä tekijöitä, joita halusimme tuoda näkyväksi harjoitteillamme.

Päädyimme ohjaamaan joukon erilaisia ja toisistaan poikkeavia yksilö- ja ryhmäharjoitteita. Harjoitteet eivät asetu helposti kaavaan tai määritelmään, mitä ne ovat tai eivät ole. Joitakin näistä harjoitteista voisi kutsua leikeiksi, mutta itse käytän termiä harjoite. Tämä johtuu siitä, että joillekin henkilöille sana ”leikki” saattaa olla negatiivisesti varautunut. Erityisesti joillekin teini-ikäisille ”leikkiminen” voi olla liian lapsellista, joten vältän tällaisten assosiaatioiden syntymistä käyttämällä termiä harjoite. Leirillä ohjatun toiminnan oli kuitenkin lähtökohtaisesti tarkoitus olla kaikille miellyttävää ja mukavaa.

Kutsui tekemistä sitten millä nimellä tahansa on totta, että monissa seuraavista harjoitteista on yhtymäkohtia leikin kanssa. Näissä harjoitteissa, kuten monissa leikeissäkin annetaan tilaa oivaltamiselle. Useimmissa leikeissä luodaan kuvitteellinen, fikttiivinen toimintaympäristö ja muokataan toimintoja. Niin sanotut normaalit lainalaisuudet eivät välttämättä päde leikissä ja näin se on helposti lähestyttävää. Leikki on mielikuvitusprosessi, jossa todelliset tilanteet saavat tuoreita ja uusia sisältöjä. (Lindqvist Gunilla 1998, 68.) Vaikka siinä luodaan kuvitteellisia tilanteita, kuvaavat ne aina todellisuutta syvällisellä tasolla. Leikki antaa osallistujalle mahdollisuuden osallistua toimintaan ja käsitellä osallistujalle itselle tärkeitä aiheita hänelle sopivalla intensiteetillä.

Olen oppinut kaikki käyttämäni harjoitteet Metropoliassa viettämäni opiskelun aikana, mutta olen kuitenkin tehnyt joihinkin niistä pieniä muutoksia. Avaan Helena Lemisen leirillä toteuttamaa naamiotekniikkaa kappaleessa 6.1, sillä kirjoitan siitä tämän kappaleen harjoitteita laajemmin.

- Nimilappujen tekeminen

Ryhmälle jaetaan paperilaput ja hakaneulat. Jokainen ryhmäläinen kirjoittaa oman etunimensä paperilapulle ja laittaa sen ohjaajan osoittamaan laukkuun / kassiin. Ohjaaja sekoittaa paperilappuja ja ryhmäläiset tulevat yksi kerrallaan nostamaan yhden sattumanvaraisen nimilapun kassista. Nostettu nimi sanotaan ääneen ja se henkilö, kenen nimi mainitaan nostaa kätensä ilmaan ja kertoo hieman itsestään (esimerkiksi missä päin asuu, mikä on lempiväri ja niin edelleen). Tämän jälkeen nimilappunsa saanut henkilö nostaa seuraavan sattumanvaraisen nimilapun. Harjoitetta toistetaan niin kauan, että kaikilla ryhmäläisillä on oma nimilappunsa.

Nimilapuista on hyvä tehdä tarpeeksi isoja, sillä pienistä lapuista ei välttämättä erota nimiä helposti. Toinen huomioitava seikka on se, että on hyvä varata erilaisia kiinnitysmateriaaleja, jolla nimilapun saa kiinni paitaan. Hakaneulan lisäksi on hyvä olla esimerkiksi maalarinteippiä, sillä kaikki osallistujat eivät välttämättä halua tehdä paitaansa pientä reikää hakaneulalla.

- Taputukset ringissä

Ryhmän jäsenet ovat ringissä kasvot ringin keskustaa kohden. Peli alkaa siten, että ohjaaja taputtaa käsiään kerran ja lähettää näin ääniviestin oikealla puolellaan seisovalle henkilölle. Ääni kulkee alkuun myötäpäiväisesti. Oikealla puolella seisova henkilö taputtaa käsiään kerran ja lähettää taputusviestin edelleen seuraavaksi oikealla puolella seisovalle ihmiselle. Alkuun taputusviesti voi kiertää ringin kerran tai kaksi kertaa, jotta ryhmä oppii, kuinka viesti kulkee. Viestin kulkiessa ryhmäläiset toimivat puheetta. Kun viesti on saatu kulkemaan hyvin muutaman kierroksen verran pysäyttää ohjaaja pelin ja antaa toisen säännön. Kun joku omalla taputusvuorollaan taputtaakin yhden taputuksen sijaan kahdesti, palautuu taputusviesti takaisin, eli vastapäivään. Kuka tahansa saa taputtaa kahdesti missä tahansa vaiheessa peliä. Kun edellä mainitut kaksi sääntöä on saatu kulkemaan, lisätään lopussa vielä kolmas sääntö. Kun joku henkilö taputtaakin kolmesti, hyppää ääniviesti menosuunnan mukaisesti yhden henkilön yli, mutta jatkaa liikkumista muuten normaaliin tapaan.

Ohjeistuksessa kannattaa antaa vain yksi ohje kerrallaan ja antaa ryhmän harjoitella peliä muutama kierros. Vaikeusastetta tulee lisätä vaiheittain, ettei toiminnasta tule liian sekavaa.

- Läpsy

Ryhmän jäsenet ovat ringissä kasvot keskustaa kohden. Peli alkaa siten, että yksi osallistujista menee ringin keskelle. Keskellä olevalla henkilöllä on kädessä esimerkiksi sanomalehdestä kääritty rulla, jolla hän yrittää hipaista jotakin ringillä seisovaa henkilöä. Jos hipaisun kohde ennättää sanomaan jonkun toisen ringissä seisovan henkilön etunimen ennen osumaa, joutuu keskellä oleva henkilö vaihtamaan hipaisun kohteeksi sen henkilön, kenen nimi on mainittu. Jos keskellä oleva henkilö kerkeää hipaista ringissä seisovaa ennen kuin tämä ehtii sanomaan kenenkään toisen nimeä, joutuu hipaistu henkilö keskelle. Keskellä alun perin ollut henkilö pääsee puolestaan ringiin.

Hipaisuun käytettävän välineen olisi hyvä olla jokin pehmeä tai kevyt asia, kuten paperilla tai vaikka huivi. Harjoitteessa käy helposti siten, että ryhmän innostuessa ja rytmin kohotessa hipaisusta voi muuttua voimakkaampi.

- Paperin taittaminen

Pelin alussa ohjaaja jakaa osallistujille A4 -paperit. Osallistujan tulee pitää oma paperinsa ruttaamatta tai repimättä sitä. Pelin toiminnallinen osuus alkaa, kun ohjaaja soittaa musiikkia (joko jollakin instrumentilla, tai jostakin soittimesta) ja ohjeistaa osallistujia kävelemään tilassa niin kauan kuin musiikki soi. Kun ohjaaja lopettaa musiikin soittamisen, tulee osallistujan laittaa oma paperinsa lattialla ja astua sen päälle mahdollisimman nopeasti. Hitain paperille astuja tippuu pois pelistä. Ensimmäisen vaiheen jälkeen paperi taitetaan kahtia. Osallistuja ottaa paperiaan saumakohdasta kiinni ja kun musiikki alkaa soida jälleen, jatkuu käveleminen tilassa. Musiikin pysähtyttyä osallistujat avaavat paperinsa alkuperäiseen A4 -kokoon ja astuvat mahdollisimman nopeasti sen päälle. Kuten ensimmäisellä kerralla, hitain paperille nouseva tippuu pois pelistä. Tämän vaiheen jälkeen paperi taitetaan kolmannen kerran. Peli toistaa samaa kaavaa niin kauan, kunnes jäljellä on enää yksi osallistuja, joka voittaa pelin.

Harjoitteessa on hyvä ottaa poispuodonneet osallistujat osaksi tuomaristoa. Tällä tavalla he eivät joudu odottelemaan passiivisesti, kun jäljelle jääneet kisailevat loppuun asti.

- Peukalon nappaaminen

Harjoitteen alussa ryhmä on ringissä kasvot keskustaa kohti. Ryhmäläisiä ohjataan avaamaan ensin vasen kämmen ja sijoittamaan se itsensä vasemmalla puolella olevan henkilön viereen. Sitten ryhmäläiset laittavat oikean kätensä nyrkkiin siten, että peukalo osoittaa ylöspäin. Oikea käsi asetetaan oikealla puolella olevan vierustoverin kämmenelle siten, että peukalo koskettaa kämmentä ja osoittaa alaspäin. Kun ohjaaja laskee kolmeen, yrittää jokainen ringissä oleva samanaikaisesti napata vasemmalla puolella olevan henkilön peukalon ja nostaa oma oikean peukalonsa oikealla puolella olevan henkilön kämmenestä mahdollisimman nopeasti. Tämän jälkeen käsien tehtäviä vaihdetaan päinvastaiseksi.

Ohjaaja voi neuvoa ryhmäläisiä huomioimaan omia ja vieruskavereittensa kämmeniä, että sormet pysyvät suorina ennen aloitusta. Harjoitteessa on helppo huijata pitämällä oman nappaavan kätensä sormia jo valmiiksi hieman koukussa.

- Bodyperkka

Harjoitteen nimi tulee englanninkielisestä sanasta *bodypercussion*, joka tarkoittaa keholla tuotettavia ääniä ja rytmejä. Harjoite alkaa siten, että ohjaaja pyytää ryhmää ympärilleen hevosenkenkää muistuttavaan asetelmaan. Harjoitteessa voi käyttää hyödykseen monenlaisia erilaisia ääniä ja rytmejä, kuten käsien taputuksia, jalkojen tömistelyitä tai esimerkiksi rintakehän taputtamista. Itse suosin käyttää ainoastaan kolmea neljäsosiin laskettavaa erilaista liikettä / rytmiä, jotka tukevat toinen toistaan. Alkuun ohjaaja näyttää ja teetättää jokaisen liikkeen erikseen ja ryhmä toistaa. Tämän jälkeen ohjaaja jakaa ryhmän neljään eri pienryhmään ja antaa jokaiselle ryhmälle yhden liikesarjan toteutettavakseen. Neljäs pienryhmä saa keksiä itse oman liikkeensä / äänensä. Harjoitteessa ohjaaja toimii kapellimestarina ja yrittää pitää ryhmän soitannan koosteinena. Tässä auttaa esimerkiksi se, että ohjaaja taputtaa käsiään ja laskee samalla neljään. Näin ryhmän yhteinen tempo ja rytmi pysyvät helpommin kasassa.

Tehtävien liikkeiden ja äänien tulee olla helposti toteutettavia, jotta ryhmä pääsee nopeasti toimintaan kiinni. Ohjaajan kannattaa miettiä esimerkiksi kolme perusliikettä jo etukäteen siltä varalta, ettei ryhmältä itseltään nouse ideoita.

- Brasilialainen hypnoosi

Ohjaaja jakaa ryhmän pareihin. Toinen parista sulkee silmänsä ja toinen laittaa oman avoimen kämmenensä noin 15–20 senttimetrin päähän parinsa kasvoista. Ohjaajan ohjeesta silmänsä sulkenut avaa silmänsä ja seuraa katseellaan edessään näkyvää kämmentä. Kasvojen edessä kämmentään pitävä ohjaa pariaan lateraalissa ja sagittaalisessa suunnassa, ylös, alas, oikealle ja vasemmalle. Ohjattavan on myös tarkoitus pitää kasvonsa jatkuvasti samalla etäisyydellä kädestä kuin alussa. Liikettä ohjaava osapuoli voi aloittaa liikkeen alkuun varovaisesti ja nostaa liikelaajuutta harjoitteen edessä. Hetken ohjaamisen jälkeen parit vaihtavat osia.

Ohjaajan kannattaa muistuttaa ryhmäläisiä olemaan armollisia ja reiluja toisilleen. Harjoitteessa on riskinä, että ensin ohjannut teettää liian hankalia tai nopeita liikkeitä parilleen ja vuorojen vaihtuessa parista toinen saattaa kostaa kokemansa. Tarkoituksena ei ole saattaa paria epämiellyttäviin asentoihin ja tilanteisiin, vaan synnyttää luottamusta parin välille.

- Peili

Ohjaaja jakaa ryhmän pareihin, Parit asettuvat noin 1,5 metrin päähän toisistaan. Pari päättää, kumpi toimii ensin ohjaajana. Harjoitetta ohjaava henkilö liikuttaa kehoaan (käsiään, jalkojaan, kasvojaan ja niin edelleen) ja parista toinen yrittää toistaa liikkeen täysin identtisesti peilikuvana. Harjoitetta jatketaan hetki ja sitten parin osat vaihtuvat.

Tässä harjoitteessa pätee samat ideat ja perusajatus, kun Brasilalaisessa hypnoosissa. Ohjaajan on hyvä painottaa, että liikkeiden tulisi olla helposti ja miellyttävästi toteutettavissa.

- Olen puu (variaatio)

Ryhmä ohjataan puolikaareen. Yksi osallistujista on alkuun keskellä ja esittää puuta sanoen: ”Minä olen puu”. Kuka tahansa ringistä voi liittyä puuhun esimerkiksi sanomalla: ”Minä olen puusta roikkuva lehti” ja esittämällä lehteä. Tätä jatketaan ensin siten, että kuvassa on kolme henkilöä. Sen jälkeen ensimmäinen esittäjä (puu) valitsee jonkun kuvaan jäljelle jäävän sanomalla esimerkiksi: ”Minä valitsen lehden”. Muut ryhmäläiset palaavat puolikaareen lehden ympärille ja lehden esittäjä pitää saman asennon,

mutta määrittelee itsensä uudelleen esimerkiksi: ”Minä olen uimahyppääjä”. Osallistujia kannustetaan välittömyyteen ja harjoitteen tempo saa olla kova. Tekemisen tempoa pidetään korkeana, etteivät osallistujat ala sensuroida omaa tekemistään. Osallistujille ei pidä antaa mahdollisuutta liialliseen itsetarkkailuun ja kontrolliin, sillä muuten spontaanisuus ei ole mahdollista. Ensimmäinen ajatus on aina hyvä ja huonoja ideoita ei ole. Myös abstraktit ideat ovat sallittuja, esimerkiksi: ”Minä olen kaiken yllä oleva surumielisyys”. Toisten osallistujien kuunteleminen on tärkeää päällekkäisyyksien välttämiseksi. Lopuksi kuvia voi laajentaa siten, että kaikki ryhmäläiset ovat siinä osallisena. Ohjaaja voi myös välillä mennä jonkin kuvassa olevan henkilön taakse ja tehdä niin sanotun ajatuskuplan. Tämä tapahtuu siten, että ohjaaja seisoo yhden kuvassa olevan henkilön takana ja esimerkiksi kädellä koskettamalla tekee ulkokehällä seisoville näkyväksi ketä tarkoittaa. Sitten ohjaaja esittää ulkokaarella oleville henkilöille kysymyksiä, kuten ”mitä tämä esine tai asia voisi ajatella tästä tilanteesta, jossa on osallisena?”.

Ohjaajan kannattaa toimia aktiivisesti ryhmän jäsenenä harjoitteen alussa, jotta ryhmäläiset saavat kiinni harjoitteesta. Harjoitteen sanoittaminen on hankalaa ja toiminta kertoo harjoitteen ideasta paremmin. Ryhmän passiivisimmilta jäseniltä on hyvä kysyä mielipiteitä kuvista ja siitä mitä he näkevät tilanteissa. Näin heitä saa aktivoitua mukaan toimintaan.

- Kullervon kirous

Ryhmä jaetaan pareihin. Pareista toinen menee ringin ulkoreunalle ja toinen sen sisäpuolelle. Ringin sisäpuolella oleva henkilö sulkee silmänsä ja ulkokehällä oleva ohjailee tämän liikkeitä puheellaan. Sisäpuolella liikkuvan tulee noudattaa ohjeita, kuten ”kävele eteenpäin, käänny oikealle” ja niin edelleen. Pariaan ohjaava henkilö on vastuussa ohjattavastaan ja ringin sisäpuolella olevien tulee liikkua rauhallisesti kävellen, ei juosten. Näin vältetään turhilta onnettomuuksilta ja sisärinkiläisten on helpompi luottaa ulkoringistä tulevia ohjeita. Ensin ryhmä harjoittelee hetken liikkumista ringissä. Hetken harjoittelun jälkeen ryhmän ohjaaja pyytää kaikkia pysähtymään, mutta sisäpuolella olevia pitämään silmiään yhä suljettuna. Ohjaaja menee ringin keskelle ja valitsee yhden henkilön, jonka nimeää ”Kullervoksi”. Tämä tapahtuu siten, että ohjaaja koskettaa valitsemaansa henkilöä olkapäihin. Kun ”Kullervo” on valittu, ilmoittaa ohjaaja tästä koko ryhmälle. Ulkoringissä seisovan ”Kullervon” ohjaajan tulee ohjastaa pariaan nappaamaan muita ringin sisäpuolella kulkevia. Tämä tapahtuu samaan tapaan olkapäihin

koskettamalla. Peli päättyy, kun ”Kullervo” on saanut kaikki ringin sisällä liikkuvat henkilöt kiinni. Kun peli on päättynyt, vaihdetaan parien rooleja ja peli alkaa alusta.

Harjoite vaatii usein paljon tilaa, jotta ringistä saadaan tarpeeksi iso. Toinen huomionarvoinen seikka on mielestäni se, että harjoitteessa olisi hyvä olla vähintään kahdeksan henkilöä, eli neljä paria.

- Katseet alas, katseet ylös

Harjoitteen alussa ryhmä on ringissä kasvot keskustaa kohti. Ohjaaja laittaa ringin keskellä jonkin tavarat esimerkiksi kiven, jota kaikkien ringissä seisovien tulee tuijottaa. Kun ohjaaja ohjeistaa ryhmäläisiä katsomaan ylös, tulee jokaisen ringissä olevan ottaa katsekontakti toiseen osallistujaan. Jos osallistujien katseet kohtaavat, tippuvat he pelistä pois. Aina kun pari tippuu pois, tiivistetään rinkiä. Peli loppuu siten, että jäljelle jää yksi osallistuja.

Tässä harjoitteessa suuri osallistujamäärä voi vaikeuttaa toteutusta. Jos ringin halkaisija on yli kolme metriä, on osallistujien hankala hahmottaa, että kohtaavatko katseet. Ohjaajan on myös hyvä painottaa, että nostaessaan katseensa ryhmäläisten tulisi katsoa jotakuta suoraan silmiin. Harjoitteessa on helppo huijata tuijottamalla kaikesta ohi.

6.1 Naamiotekniikka

Leirillä ohjaajana toiminut Helena Leminen on Metropolia ammattikorkeakoulusta vuonna 2008 valmistunut teatteri-ilmaisun ohjaaja. Leminen toimii freelancerina niin teatterin tekijänä, esiintyjänä kuin pedagoginakin. Hän toimii myös Teatteri Metamorfosisin riveissä ja käyttää työssään hyödykseen naamiotekniikkaa. Kuten leiriohjelmasta näkyy, käytimme perjantaina reilut kolme tuntia kipsinaamioiden valmistamiseen. Toiminta alkoi siten, että Helena esitteli leiriläisille erilaisia mukanaan tuomia valmiita naamioita. Lapset ja nuoret saivat Lemisen ohjeistuksella kokeilla naamioita kasvoiltaan ja Leminen demonstroi samalla, kuinka henkilö voi naamion ja rekvisiitan avulla muuttua täysin toiseksi hahmoksi. Seuraavaksi ryhmä jaettiin perhekunnittain pienempiin ryhmiin, ja jokaisen ryhmän tehtäväksi annettiin valmistaa oma kipsiharsonaamio. Välineinä toimintaa varten oli kipsiharsoa, vaseliinia, vesiämpäreitä, saksia, kyniä, tuorekelmua, jätesäkkejä, akryylivärejä ja mattoveitsiä.

Toiminta alkoi sillä, että pienryhmät valitsivat ryhmästään yhden henkilön, kenen kasvoille naamio valmistettiin. Ensimmäinen vaihe oli se, että tämän henkilön suu, kulmakarvat ja muut mahdolliset kasvojen karvoitukset suojattiin vaseliinilla tai tuorekelmulla. Nämä toimenpiteet tehtiin sen vuoksi, että kipsinaamio irtoaisi loppuvaiheessa helpommin ja repimättä esimerkiksi kulmakarvoja. Seuraavaksi ryhmäläiset leikkasivat kipsiharsolevystä noin 2–3cm levyisiä palasia ja kostuttivat niitä hieman vesiämpärissä. Märkä harson pala laitettiin naamiomallin kasvoille ja tarkoituksena oli peittää kyseisen henkilön kasvot noin kolmen kerroksen paksuudelta. Sieraimet tuli jättää kuitenkin avoimiksi, jotta naamiomalli saisi ilmaa prosessin ajan. Kun harsoa oli saatu paikalleen noin kolmen kerroksen paksuudelta, tuli ryhmän odottaa noin 10–30 minuutin ajan. Yksittäisten harsosiivujen kuivumiseen menee noin 10 min, mutta kuivuminen saattaa viedä enemmänkin aikaa ja siihen vaikuttaa harsojen märkyysasteesta ja harsokerrosten paksuus.

Kuivumisen jälkeen naamio irrotettiin mallin kasvoilta. Irrottamista seurasivat naamion reunojen siistiminen, sekä silmäreikien leikkaaminen ja ryhmät saivat vielä halutessaan muokata naamion piirteistä haluamansalaiset. Jotkin ryhmät lisäsivät naamioonsa muun muassa erilaisia ulokkeita kuten sarvia, tai korostivat naamion nenää tai kulmia. Jotkut ryhmät laittoivat naamion pintaan tasoitetta, joka viimeisteli pinnan sileäksi. Aikaa tähän prosessiin kului noin kaksi ja puoli tuntia. Perjantai-illan lopuksi naamiot jätettiin kuivumaan yön yli. Lauantaina naamiot tehtiin valmiiksi iltapäivän aikana, ja ryhmät maalasivat naamioistaan mieleisensä.

6.2 Helena Lemisen haastattelu

Haastattelin teatteri-ilmaisun ohjaaja Helena Lemistä kesäleirin jälkeen sähköpostitse. Kysymykseni käsittelivät hänen ammattihistoriaansa ja siitä, millaiseksi hän koki leirin naamiotekniikan käyttämisen leirikontekstissa. Minulla itselläni ei ole aikaisempaa kokemusta naamiotekniikan kanssa työskentelystä, joten oli mielenkiintoista kuulla Lemisen mietteitä menetelmän vahvuuksista ja mahdollisista heikkouksista. Lemiselläkään ei ollut aikaisempaa kokemusta Tourette ja/tai OCD -ryhmien kanssa työskentelystä.

1. Mikä on oma historiasi teatterinaamioiden ja naamiotekniikan parissa?

Olen tutustunut teatterinaamioihin opiskellessani kansainvälisessä Helikos-teatterikoulussa Firenzessä. Koulun pedagogia pohjautui vahvasti Jacques Le Coq -pedagogiaan. Le Coq kehitti vahvasti eurooppalaista fyysisen teatterin perinnettä ja Helikos koulun taiteellinen johtaja Giovanni Fusetti taas jalosti edelleen näitä oppeja eteenpäin omassa työssään. Naamiotyöskentely, ajatus naamiosta näyttelijän muodonmuutoksen välineenä oli oikeastaan punainen lanka, joka läpäisi kaiken, mitä koulussa opetettiin. "Everything is a mask" eli voidaan ajatella tämän ulottuvan jopa omaan persoonaamme, rooleihin, joihin elämäsämme solahdamme jne. Myös kehomme ja fyysisen olomuotomme voidaan ajatella olevan naamion, jota asutamme. Suomeen palattuani rakensin jonkun aikaa itsenäisesti teatterinaamioita ja sittemmin olen soveltanut tätä osaamista erilaisissa konteksteissa, myös varsinaisen taiteellisen työskentelyn ulkopuolella. Ns. fyysisen teatterin perinne (johon naamioteatterikin lukeutuu) on se pohja, jolle teatterikäsitykseni ja estetiikkani nykyään rakentuu. Viime vuodet olen erityisesti keskittynyt maailman pienimmän naamion, eli klovnin punaisen nenän, mahdollisuuksien tutkimiseen erityisesti esiintyjänä, mutta myös soveltanut klovneriaa esim. ryhmänohjaustilanteissa.

2. Mitkä on mielestäsi naamiotekniikan vahvuuksia / heikkouksia ryhmätoimintana?

Vahvuus on ehdottomasti se, että kipsinaamion tekeminen omien kasvojen päälle on jännää ja se on tarpeeksi helppoa, että kaikki sen osaavat heti. Siinä tulee myös huomaamatta koskettaneeksi toisia ihmisiä ja tulleet kosketukset. Kipsinaamion tekemisessä olemme myös luottamuskysymyksen äärellä. Sen, jolle naamio tehdään, täytyy pystyä luottamaan tekijöihin ja ns. antautumaan heidän käsiinsä. Kipsinaamion tekijät taas tuntevat vastuun, joka tästä tilanteesta syntyy. Vahvuus on myös se, että jos ehditään "synnyttää" naamiot, niin usein ihmiset pääsevät kokemaan "muodonmuutoksen" – niin naamionkantajan kuin katsojankin näkökulmasta. Joillekin tämä on hurmaavaa, toiset eivät halua sitä edes kokeilla. Mutta usein kaikille löytyy naamioista jokin kiinnostava osa-alue, joko rakentamiseen liittyen tai naamionäyttelijänä. Heikkous ryhmätoiminnassa on se, että ihmiset etenevät naamiontekoprosessissa eri tahtia. Eli naamionrakennuksessa on turha olettaa, että kaikki aloittaa ja lopettaa samaan aikaan. Ihmisille pitää myös mielestäni antaa mahdollisuus uppoutua tekemiseen -ja toisaalta edetä nopeammin. Joten ryhmätoiminnan hallinnan kannalta tämä on ohjaajalle haasteellista. Huomionarvoista on myös se, että ns. oikean teatterinaamion tekeminen on monimutkaisempi ja aikaa vievämpi prosessi. Eli tämä muotoiluosa, joka tehtiin kipsinaamion päälle samasta kipsiharsosta, oli ns. pikaversio. Emme olisi ehittäneet tuolla aikataululla muuta. Ei kestäisi teatterikäyttöä!

3. Mitä ohjaajan tulee ottaa huomioon naamiotekniikkaa ohjatessaan?

Kannattaa itse tuntea prosessin eri vaiheet. Eli ennen kuin rupeat ohjaamaan, tee itse. Työvälineiden ja materiaalien riittävyys on toinen huomioitava seikka, nyt esimerkiksi jätösäkkejä oli lopulta liian vähän. Mielestäni on myös hyvä idea avata käytännön kautta naamiota, esimerkiksi kokeilemalla, ennekuin rakennus alkaa. Jotta ihmisillä on edes pieni käsitys missä maailmassa liikutaan ja mitä kohti ollaan menossa

4. Kuinka koet, että naamiotyöskentely toimi leirillä?

Ennalta-arvattavasti. Eli osa innostui rakennusprosessista paljon, toisilla ei kärsivällisyys riittänyt. Ainakin muutama näistä (lapsista) jotka nopeasti kyllästyivät naamion rakentamiseen, olivat juurikin niitä innokkaita alussa kokeilemaan naamioita ja esiintymään. Tämä on todella tyypillistä! Viimeinen vaihehan (naamiohahmojen valokuvaus) jäi minulla näkemättä, joten en tiedä siitä mitään!

Mielestäni naamioiden tekeminen oli leirin puitteissa mukavaa yhdessä tekemistä. Toiminta oli miellyttävän rauhallista ja monipuolista, mutta se olisi kaivannut kuitenkin hieman enemmän aikaa. Teatterin tekeminen jättää harvoin jälkeensä konkreettisia, käsin kosketeltavia tuotoksia, ja tämä oli yksi syy miksi tykkäsin naamioiden tekemisestä. Leiriläiset saivat leiriltä mukaansa muutakin kuin pelkkiä hyviä muistoja.

7 Toteutuksen arviointi

Tässä kappaleessa käsittelen toteuttamamme toiminnan sisältöä ja arvioin, kuinka se toimi käytännössä. Avaan leiripäivät omiin alakappaleisiinsa, mutta lisäsin sunnuntain retkipäivän maanantain kokonaisuuteen, sillä sunnuntailta ei ole arvioitavaa toimintaa. Kappaleiden lopusta löytyy yhdistyksen toiminnanjohtajalta Tuula Savikujalta saatua palautetta, jonka hän on saanut leirille osallistuneilta webropol – kyselyn kautta. Kyselyyn vastasi seitsemän leirille osallistunutta perhettä / henkilöä. Palautteet on uskoakseni saatu lähinnä vanhemmilta ja aikuisilta, sillä en usko lasten ja nuorten käyttävän Suomen Tourette- ja OCD-yhdistyksen sähköpostilistaa.

7.1 Perjantai 15.7.2016

Perjantain alkuinfon jälkeen vuorossa ollut ryhmäytyminen sisälsi leirin ensimmäiset toiminnalliset ja teatterilliset harjoitteet. Ryhmäytyminen oli mielestäni hyvän leiri-ilmapiiirin luomisen kannalta tärkeä vaihe. Kun ryhmän jäsenet, tässä tapauksessa leiriläiset kykenevät samaistumaan ryhmäänsä ja sen tavoitteisiin ryhmän keskeinen kiinteytyminen, eli koheesio lisääntyy. Kirjassa *Ryhmän luovuus ja kehitysehdot* (2000) Raimo Niemistö kirjoittaa, että uuden ryhmäprosessin alussa ryhmän jäsenet ovat luonnollisesti varuillaan. Ohjaajan tulee huolehtia ryhmäläisten orientoitumisesta ryhmän tehtävään ja ympäristöön ja liittää ryhmäläiset ryhmätilanteeseen. (Niemistö, Raimo 2000, 80.) Tästä syystä johtuen ohjattu ryhmäytyminen on olennainen osa jokaista ryhmäprosessia.

Perjantaiseen osioon osallistuivat samanaikaisesti sekä lapset että aikuiset. Käytössämme oli leirikeskuksen suuri sali, lähes 30 leiriläistä ja 30 minuuttia. Aloitimme ryhmäyttävän osion nimikylttien tekemisellä. Kaikki leiriläiset saivat omat nimikylttinsä ja pääsivät samalla myös kertomaan hieman itsestään. Mielestäni tämä oli hyvä ja luon-

nollinen tapa aloittaa leiri ja jakaa puheenvuoroa leiriläisten kesken. Kun kaikki olivat saaneet omat nimikyltinsä, oli vuorossa harjoite nimeltään Taputukset ringissä. Leiriläisistä ja ohjaajista muodostunut ringi oli valtava, mutta taputukset liikkui sen kehällä jouhevasti ja odotetulla tavalla. Ryhmä seurasi keskittyneesti missä taputus liikkui ja harjoitetta toistettiin noin viiden minuutin ajan. Kyseinen harjoite on mielestäni niin sanottu ”matalan kynnyksen” – harjoite, sillä se vaatii osallistujilta lähinnä keskittymistä. Ainoa konkreettinen toiminto harjoitteessa on käsien taputtaminen omalla vuorolla. Ryhmäläiset pääsevät toimimaan yhdessä ilman, että toiminta vaatisi osallistujilta suurta kehollista ilmaisua tai keskustelua. Harjoite kuitenkin vaatii hieman reaktionopeutta, joka herättelee ja virittää ryhmäläisiä tulevaa toimintaa varten.

Seuraava suunniteltu harjoite, eli Läpsy ei sujunut aivan toivomallani tavalla. Suurimmaksi haasteeksi koin sen, että suuresta osallistujamäärästä johtuen ringin kehän ja keskustan välille jäi liian suuri välimatka. Keskellä olevan oli hyvin hankalaa keretä saada kiinni kehällä oleva henkilö ajoissa. Toinen haastetta lisännyt tekijä oli se, että nimikylteistä huolimatta oli vaikeaa tietää, muistaa ja osata kaikkien osallistujien nimiä. Keskellä olevan oli haasteellista paikantaa sanottu nimi ajoissa ennen kuin tämä henkilö kerkisi sanomaan jo jonkun toisen nimen. Harjoite herätti ryhmässä kuitenkin paljon naurua ja riemua, joten uskon harjoitteen kuitenkin ajaneen asiansa. Ohjaajana päätin jatkaa harjoitetta haasteista huolimatta, sillä jos olisin lopettanut sen heti alkuunsa, olisi se voinut kieliä epävarmuudesta ja saattanut jättää jälkeensä oudon ilmapiirin. Uskon, että ohjaajan täytyy aina olla varma tekemisessään eikä säikähtää, jos jokin harjoite ei toimi heti odotetulla tavalla. Mielestäni varmaotteinen ohjaaja toimii reaktioita säikähtämättä ja synnyttää täten turvallisen toimintaympäristön. Ohjaajan täytyy myös luottaa ryhmän omaan kykyyn ratkaista ongelmia. Tässä kyseisessä harjoitteessa kaikki ryhmän jäsenet auttoivat keskellä ollutta henkilöä paikantamaan sanotun nimen, ja tämä oli minusta hienoa ja ennen kaikkea hauskaa. Toistimme harjoitetta noin viiden minuutin ajan.

Kolmas toiminnallinen harjoite, eli Paperin taittaminen oli mielestäni perjantain onnistunein kokonaisuus. Kollegani Torpakko toimi harjoitteen päätuomarina ja muusikkona. Torpakko soitti musiikkia akustisella kitaralla ja mielestäni elävä musiikki on harjoitteeseen paljon parempi, kuin nauhalta tuleva. Muusikko voi seurata ryhmän liikkumista ja täten helposti leikitellä erilaisilla rytmeillä ja vaihdella tempoa mielensä mukaan. Minun vastuulle jäi harjoitteen ohjaaminen ja juontaminen. Leikkimielinen kisailu sai ryhmän keskittymään ja jännittämään yhdessä. Ryhmän ilmapiiri oli hyväksyvä ja harjoite eteni

hymyssä suin. Ryhmäkoosta johtuen keskeytin harjoitteen siten, että jäljelle jääneet viisi osallistujaa olivat kaikki voittajia. Yli 30 henkilön muodostama ryhmä on harjoitteen suuri ja jos olisin ohjannut harjoitteen siten, että voittajia olisi jäänyt lopulta vain yksi, olisi se kestänyt liian pitkään. Aistin harjoitteen loppupuolella, että jotkut pelistä jo poispudonneet lapset ja nuoret alkoivat olla jo hieman kärsimättömiä odottelemiseen. Näin myös muutamasta aikuisesta, että kyseisen harjoite ei välttämättä ollut heille se mieluisin, mutta kaikki kuitenkin jatkoivat harjoitetta sen loppuun asti. Lapset ja nuoret osallistuivat todella hyvin ja aktiivisesti harjoitteen. Taputukset ringissä ja Läpsy - harjoitteista poiketen Paperin taittaminen rikkoi leiriläisille tutuksi tulleen rinkimuodostelman ja laittoi heidät kaikki liikkeelle samaan aikaan. Mielestäni pelkkä ringissä seisominen olisi voinut jättää ryhmäytymisen ja leiriläiset passiivisiksi.

Perjantain viimeisenä harjoitteena ohjasin Peukalon nappaamisen. Se on toiminut poikkeuksetta jokaisella ryhmällä, jolle olen sitä ohjannut, eivätkä leirille osallistuneet olleet poikkeus. Olen tyytyväinen perjantain kokonaisuuteen, sillä kaikki leiriläiset osallistuivat kaikkiin ohjattuihin toimintoihin, eikä kukaan jättäytynyt ryhmän ulkopuolelle. Otimme harjoitteiden suunnittelussa huomioon sen, että toiminnan intensiteetin nostaminen tulee tehdä vaiheittain. Uskon, että jos olisimme teettäneet ensimmäisenä Paperin taittamisen, olisi ryhmän vastaanotto voinut olla vaisumpi. Näistä syistä johtuen voin todeta, että vastuullemme annettu ryhmäyttäminen oli kokonaisuutena onnistunut.

Jälkeenpäin on mielenkiintoista miettiä leirin ryhmäilmiötä. Leiriläiset kuuluvat Suomen Tourette- ja OCD-yhdistykseen ja muodostavat siten jo tietynlaisen oman ryhmänsä, mutta toisaalta muodostimme leirin ajaksi niin sanottu erillisen ”suljetun ryhmän”, joka toimi leirin keston ajan. Suljetulla ryhmällä tarkoitetaan ryhmää, joka lopettaa toimintansa sopimuksen mukaan. (Niemistö 2000, 187.) Vaikka leiriläisistä jotkut olivat toisilleen jo entuudestaan tuttuja, oli tärkeä virittää kaikki leiriläiset samalle taajuudelle, yhtenäiseksi ryhmäksi. Koen, että ryhmäytyminen vähensi leiriläisten mahdollista jännittämistä ja rikkoi niin sanotusti ”jään”.

”Juuso ja Heikki ryhmäyttivät meidät mukavalla tavalla.”

”Alkoi hyvin, mukava tunne.”

”Hyvä”

”Aika onnistunut. Ei jännittänyt kovin paljon esitellä itseään.”

”Kivoja leikkejä. Ryhmäytti sopivasti, nimiäkin jäi mieleen. Innokkaat ohjaajat plussaa.”

”Ihan kivaa oli.”

7.2 Lauantai 16.7.2016

Kuten leiriohjelmasta näkyy, oli lauantai kattavin päivä ohjauksellisesta näkökulmasta tarkasteltuna. Lasten ja nuorten kaksituntinen kokonaisuus sujui kuitenkin lähes ongelmitta. Ensimmäinen puolikas sisälsi monia toisistaan poikkeavia harjoitteita ja tekemisen rytmi oli nopea. Aloitimme kokonaisuuden pienellä venyttelyllä klo. 9.00. Noin 10 minuutin venyttelyn jälkeen jatkoimme ohjelmaa toistamalla muutaman edellisiltana tekemämme harjoitteen. Ensimmäinen tutuista harjoitteista oli Taputukset ringissä, ja se sujui ryhmältä jälleen ongelmitta. Sääntöjä ei tarvinnut juuri kerrata ja taputukset kiersivät ringissä sujuvasti. Kun harjoite sujui heti alkuun hyvin, en kokenut syytä jatkaa sitä liian pitkään. Mielestäni jos tehty harjoite on ryhmälle liian helppo, ei toiminta ole palkitsevaa, eikä täten motivoivaa. Taputusten jälkeen jatkoimme Läpsyllä, joka herätti ryhmässä selkeästi hilpeyttä. Harjoite toimi edellisiltaan verraten paljon paremmin ja uskon, että suurin syy siihen oli se, että ryhmäkoko oli tällä kertaa huomattavasti pienempi. Leikin rytmi ja tempo oli edelliskertaa kiivaampi ja kaikkien nimet tulivat varmasti tutuksi sekä osallistujille että meille ohjaajille. Uskon, että näiden harjoitteiden toistaminen varmisti sen, että ryhmäläiset saivat nopeasti kiinni itse toiminnasta. Tutuksi tulleet harjoitteet toimivat samalla myös lämmittävänä ja virittävänä osiona.

Bodyperkussio oli lauantain ensimmäinen uusi harjoite. Mielestäni kyseinen harjoite on hyvä kahdesta eri syystä; ensinnäkin se on fyysinen ja toiminnallinen, ja toisekseen harjoite edellyttää ryhmältä yhteistyötä ja toisten huomioon ottamista. Aloitimme harjoitteen siten, että asetin työparini Torpakon osaksi ryhmää. Sitten jaoin ryhmän neljään pienryhmään ja annoin jokaiselle pienryhmälle oman rytmin mitä soittaa. Bodyperkussiossa ryhmäläiset pääsivät toimimaan niin yksilö- kuin ryhmätasolla. Vaikka kyseessä oli ryhmätuotos, täytyi jokaisen hoitaa oma roolinsa, jotta kokonaisuudesta tuli eheä. Ryhmän jäsenenä nuoret joutuivat sovittamaan omat tavoitteensa ryhmän tavoitteisiin, ja samalla he oppivat myös uusia ja erilaisia toimintatapoja ja sovittujen sääntöjen kunnioitusta. Harjoitteessa syntyvät onnistumisen ilot ja epäonnistumisen pettymykset ovat tunteita, joita voi oppia jakamaan ryhmässä. Huomasin ryhmää ohjatessani, kuinka hienosti ryhmäläiset keskittyivät sekä omaan että toistensa tekemiseen. Jos joku putosi rytmistä, tekivät muut ryhmäläiset parhaansa, että rytmistä pudonnut pääsi mukaan tekemiseen. Ryhmän jäsenet oppivat toistensa kanssa vuorovaikutuksessa ymmärtämään ja hallitsemaan omia ja muiden tunteita ja tarpeita. (Pulkkinen 2002, 112–113.)

Ainoana harjoitetta hankaloittavana tekijänä täytyy mainita toimintaympäristömme. Toimimme hienosta säästä johtuen ulkona hiekkakentällä, joka ei ole akustisessa mielessä ja harjoitteen kannalta se parhain. Mielestäni Bodyperkussio on paras toteuttaa tilassa, joka olisi vapaa taustamelusta. Näin harjoitteesta syntyvät rytmit ja äänet nousisivat esille parhaiten. Tästä huolimatta ohjaamani noin 10 minuutin bodyperkussio toimi ja ryhmäläiset jaksoivat yhtä nuorta lukuun ottamatta jatkaa harjoitteen loppuun asti. Uskon, että bodyperkussio saattoi ryhmää lähemmäs heittäytymistä ja tulevaa improvisaatiota. Harjoitteen jälkeen pidimme noin 10 minuutin tauon, jonka aikana monet nuoremmista lapsista suuntasivat läheiselle leikkikentälle.

Tauon aikana ryhmästä putosi pois 2 lasta, mutta saimme myöhemmin houkuteltua heistä toisen takaisin mukaan toimintaan. Leirialueen leikkikenttä oli muutaman osallistujan mielestä todella mielenkiintoinen ja kiehtova alue, ja tauolta palaaminen oli joillekin nuorimmista enemmän aikaa vievä prosessi. Onneksi leirillä ohjaajanakin toiminut yhdistyksen järjestösuunnittelija Päivi Reinikka pystyi olemaan Torpakon ja minun lisäapuna aamupäivän ajan. Leirikeskuksen suuri piha-alue kaikkine leikkikenttineen yhdistettynä oman vanhemman ikävöintiin aiheuttivat sen, että tauon aikana muutama nuorempi lapsi ajautui muusta ryhmästä kauemmas, ja tämä hieman hankaloitti ryhmän hallintaa. Reinikka otti hoitaakseen näiden kahden lapsen ohjaamisen vanhempiansa luo, kun me Torpakon kanssa jatkoimme muun ryhmän ohjaamista tauon päätyttyä. Jälkeenpäin ajateltuna tauon olisi voinut järjestää jossakin sisätilassa, jotta ryhmä olisi pysynyt paremmin kasassa ja tilanne helpommin hallittavissa.

Tauon jälkeen seurasi päivän toinen uusi harjoite, eli Brasilialainen hypnoosi, joka oli myös ensimmäinen pareittain tehtävä harjoite. Ryhmä jakaantui luontevasti pareihin ja toiminta sujui ohjeistamisen jälkeen jouhevasti. Ulkotila mahdollisti sen, että parit saattoivat liikkua laajallakin alueella, eikä parien juuri tarvinnut varoa toisiinsa törmäämistä. Parit keskittyivät hienosti tekemiseen ja huomasin, että tässä harjoitteessa ryhmä oli aikaisempaa hiljaisempi ja keskittyneempi. Harjoitetta toistettiin noin 5 minuutin ajan, jonka jälkeen parit saivat kokeilla vielä Peili – harjoitetta toisen viisiminuuttisen verran. Peilissä parit olivat jälleen puheliaampia ja nauravaisempia. Näiden kahden harjoitteen tarkoitus oli saattaa ryhmäläisiä toimimaan toistensa kanssa hieman henkilökohtaisemmalla tasolla ja lisätä ryhmäläisten kehollista läsnäoloa sekä vireyttä. Vaikka kummassakin harjoitteessa parit toimivat toisiaan fyysisesti lähellä, ohjaa toiminta tekijöiden huomion tekemiseen, eikä niinkään esimerkiksi oman parin intensiiviseen silmiin tuijot-

tamiseen. Harjoitteiden eteneminen ja onnistuminen edellyttää vuorovaikutusta, mutta ei kuitenkaan pakota ketään katseenalaiseksi.

Paritoimintaa seurasi aamupäivän toiminnallisin ja eniten ilmaisua vaativa harjoite. Olen puu -harjoite saattoi osallistujat improvisaation pariin. Käsite ”improvisaatio” liitetään useimmiten Keith Johnstonen kehittämään ilmaisun opetusmenetelmään ja vuorovaikutukseen, jonka hän kehitti kritiikkinä autoritääristä ja suorituskeskeistä kouluopetusta kohtaan. Ajatuksena on, että tekijät eivät etukäteen tiedä, miten tilanne kehittyy ja pääsevät näin jatkuvan leikin, mokaamisen ja statusvaihteluiden maailmaan. (Lindqvist 1998, 66–67.) Halusin, että osallistujat pääsivät ”leikkimään tosissaan” ja nauramaan itselleen ja muille positiivisessa valossa. Harjoite oli kaikista leirillä tehdyistä harjoitteista esittävin ja kenties eniten leikinomainen. Käytän kyseistä harjoitetta usein töissäni, sillä se on helposti lähestyttävä, salliva ja nopeasti ohjeistettava. Harjoitetta ei voi tehdä ”väärin” ja kaikki ryhmältä tuleva materiaali on oikein. Mielikuvituksen käyttö ja improvisaatio, eli spontaani reagointi tilanteisiin ovat avainasemassa harjoitetta tehdessä. Toinen tauon aikana poistuneista lapsista palasi ryhmään Olen puu -harjoitteen aikana. Samainen lapsi osallistui lopulta aktiivisesti tekemiseen.

Olen puu -harjoite on mielestäni omiaan saamaan osallistujat vuorovaikutukseen keskenään, sillä sen etenemistä ei voi ennalta suunnitella, ja se pitää ryhmän alati valppaana. Harjoitteen painopiste ei ollut niinkään sisällössä, vaan toiminnassa sekä yksilön että ryhmän tuottamassa mielikuvitusrikkaassa ilmaisussa. Kasvatustieteiden tohtori Gunilla Lindqvist kirjoittaa kirjassaan *Leikin mahdollisuudet – luovaa leikkipedagogiikkaa päiväkotiin ja kouluun* (1998) mielikuvituksesta seuraavalla tavalla:

Mielikuvituksen ja todellisuuden välissä ei ole minkäänlaista ristiriitaa. Mielikuvitus ei ole mitään primitiivistä tai metafysistä vaan yksi tietoisuuden muoto – yhdistelykyky – joka liittyy todellisuuteen eri tavoin. Mitä rikkaampi todellisuus, sitä suuremmat mahdollisuudet käyttää mielikuvitusta ja päinvastoin. Mielikuvituksen kautta tulkitaan kokemuksia ja tunteita. Tietoisuus liittää tunteeseen merkityksen ja sisällön, mikä tarkoittaa sitä, että ajatus ja tunne kuuluvat yhteen. (Lindqvist 1998, 67.)

Harjoitteen alussa työparini Torpakko toimi aktiivisemmin mukana, mutta harjoitteen edetessä lapset ja nuoret kiirehtivät tekemään kuvaa toistensa kanssa. Roolini harjoitteessa oli fasilitoida tapahtunutta. Näkemäni mukaan harjoite leikitteli valtasuhteilla, tuotti hetkellisiä yhtymäkohtia arkeen ja käänsi sen myös vastakkaiseksi. Oli ilo nähdä aitoja oivalluksia osallistujissa. Harjoitteessa syntyneet kuvat olivat lähes poikkeuksetta humoristisia ja tekemisestä välittyi aito ilo. Ohjaajana minun täytyi uskoa ja luottaa

osallistujien luovuuteen sekä spontaanisuuteen ja koen onnistuneeni siinä, mihin harjoitteella alun perin pyrinkin.

Eräs leirin vanhimmista nuorista kertoi harjoitteen jälkeen, että hänen koulussaan tehdään joskus vastaavanlaisia toimintoja, mutta hän ei ole koskaan aikaisemmin uskaltanut osallistua tekemiseen. Koulussa hän ei halua tuoda itseään esille tai joutua katseenalaiseksi ehdoin tahdoin. Leirillä tämä samainen nuori oli yksi aktiivisimmista osallistujista ja tekijöistä. Näkemäni ja kuulemani perusteella kyseinen nuori saattoi saavuttaa Mihaly Csikszentmihalyin lanseeraaman flow-tilan tai Abraham Maslowin ”peak-experience” eli huippukokemuksen. Näillä termeillä tarkoitan tilaa, jossa yksilö tuntee suurta nautintoa tekemisestään ja saattaa kadottaa ajan ja paikan tajun. (Piirto & Uusikylä 1999, 32.) Tähän viittanee sanontakin, ”aika menee nopeasti, kun on hauskaa.”

Olen puu -harjoitteen jälkeen vuorossa oli toiminnan jäähdyttävä osuus. Valitsin Kullervon kirus -harjoitteen siitä syystä, että siinä kaikki osallistujat pääsevät toimimaan samanaikaisesti. Harjoite ei varsinaisesti ole jäähdyttävä, mutta uskon, että se antoi hyvän tilaisuuden purkaa ylimääräistä energiaa, joka saattoi jäädä Olen puu -harjoitteesta. Kullervon kirus toimi ryhmällä hyvin ja osallistujilla oli arvioni mukaan todella hauskaa. Toiseksi viimeinen harjoite oli Katseet ylös, katseet alas, jonka leikki-mielinen kisailu nauratti jälleen monia osallistujia. Lopetimme lauantain aamupäivän kokonaisuuden edelliseltä iltalta tutulla Peukalon nappaamisella ja kyseinen harjoite piti tunnelman kevyenä loppuun asti. Päätimme teatteri-ilmaisua sisältävän aamupäivän yhteisiin aplodeihin ja siirryimme lounaalle.

Lounaan jälkeen oli aikuisten vuoro päästä tekemään teatteri-ilmaisua, kun taas lapset ja nuoret pääsivät toimimaan Tuulan, Päivin ja Helenan kanssa sisätiloissa. Lapset ja nuoret saivat iltapäivän aikana luotua monenlaisia oma- ja minäkuvia niin piirtäen, kirjoittaen kuin askarellen. He olivat keskustelleet ja kirjanneet ohjaajien kanssa papereille ylös erilaisia uhkia ja mahdollisuuksia heitä itseään koskevista aiheista. Lauantaisen iltapäivän tuotoksia hyödynnettiin leirin viimeisenä päivänä taidegallerian muodossa. En syvenny aikuisten iltapäiväiseen osioon sen suuremmin, mutta mainitsen kuitenkin, että teetätimme jokseenkin samoja harjoitteita kuin nuoremmilla leiriläisillä. Pienenä erona aamupäiväiseen oli se, että aikuiset pääsivät kirjoittamaan runoja aamupäivän vertaistukiryhmissä virinneiden keskustelujen tiimoilta.

Lauantain iltapäivän viimeinen yhteinen toiminnallinen osuus oli naamioiden loppuun saattaminen. Samalla kun leiriläiset viimeistelivät naamioitaan, äänitimme Torpakon kanssa lasten ja nuorten kirjaamia uhkia ja mahdollisuuksia äänimaisemaksi, jonka oli tarkoituksena olla osana maanantaista galleriakokonaisuutta. Pyysimme nuoret yksikerrallaan lukemaan nauhalle muutaman sanan tai lauseen. Torpakko lisäsi sanojen ja lauseiden taustalle äänimaiseman ja kokosi ne tietokoneella eheäksi teokseksi. Pienryhmät maalasivat ja viimeistelivät naamionsa valmiiksi äänitysten kanssa samaan aikaan. Näiden osioiden jälkeen vuorossa oli päivällinen ja vapaa loppuilta.

"Poika tykkäsi mukavasta ohjelmasta."

"Hyvä"

"Helpompaa kuin koulussa"

"Se oli niin kivaa. Niiden pitää tulla mukaan joka leirille, olivat niin ammattimaisia. Oli kivaa. Leikit oli monipuolisia."

"Hauskaa ja mukaansa tempaavaa"

"Mukavaa erilaista ohjelmaa ja mahtavat vetäjät :)"

"En osallistunut ilmaisuihin, mutta oli hauska seurata, paljon ilmaisu hahmoja. Kekseliäisyyttä riitti."

"Ihan kiva"

"Oli todella hauskaa heittäytyä hassuttelemaan. Sai nauraa sydämen kyllyydestä :D"

7.3 Sunnuntai 17. ja maanantai 18.7.2016

Sunnuntai meni leirisuunnitelman mukaisesti retkellä Rosalaan, muihin sen lähisaariin ja lopulta Bengtskärin majakalle. Emme ohjanneet sunnuntain aikana toiminnallisia harjoitteita, vaan keskityimme kauniisiin maisemiin ja meritunnelmaan. Oli myös mukava päästä keskustelemaan leiriläisten kanssa vapaamuotoisemmin ja kiireettä.

Leirin viimeisenä päivänä palasimme vielä hetkeksi leirillä ennestään tuttujen harjoitteiden pariin. Maanantain aamupäivän aikataulu kuitenkin hieman muuttui suunnitellusta. Leiriläisten täytyi saada pakatuksi ja huoneensa tyhjiksi lounasaikaan mennessä, sillä leirikeskukseen oli tulossa jo seuraava leiriryhmä heti lounaan jälkeen. Tästä syystä johtuen jouduimme hieman tiivistämään alkuperäistä suunnitelmaamme. Aloitimme maanantain kokoontumalla hiekkakentälle. Halusimme saada tehdyistä naamioista ja niiden tekijöistä muistoksi valokuvat. Alkuun kävimme päivän ohjelman suullisesti läpi. Kaikki naamioita tehneet ryhmät saivat hetken miettiä keskenään heille merkityksellisen paikan Högsandista. Tämän jälkeen valtaosa leiriläisistä jatkoi Olen puu – harjoitetta, samalla kun jokainen pienryhmä meni vuorotellen Tuula Savikujan ohjeistamana ottamaan yhteisvalokuvan heille merkitykselliselle paikalle naamionsa kanssa. Oli mukava nähdä kuinka lapset, nuoret sekä aikuiset menivät "lavalle" Olen puu -

harjoitteessa ja kuinka he muodostivat empimättä mitä kiehtovampia kuvia. Leiriläiset pitivät itsensä avoimina ja mielikuvituksensa liikkeellä. Ryhmä loi ja hyväksyi toisiltaan jopa hyvin käsitteellisiä ja absurdejakin tilanteita ja kuvia. Jokaisella leiriläisellä oli oikeus toteuttaa omaa luovuuttaan ja itse produktin laatu oli toissijaista. Abraham Maslow kirjoittaa ihmisen luovasta toiminnasta seuraavilla sanoilla:

Kun ihminen toteuttaa luovasti itseään, prosessin tai tuotteen laatu ei ole tärkeää. Olennaista on se, että ihminen vapautuu tekemään havaintoja lapsenomaisen ennakkoluulottomasti, itsekritiikin ja itsestään selvät ”totuudet” unohtaen. (Uusikylä & Piirto 1999, 31.)

Toiseksi viimeisenä yhteisenä ohjattuna osiona leiriläisille annettiin mahdollisuus antaa palautetta kesäleiristä. Tämä toteutettiin mielipidejanan muodossa. Me ohjaajat olimme koonneet yhteen 10 eri väittämää, jossa käsiteltiin muun muassa leirin miljöötä, ruokailua ja kokonaissisältöä. Mielipidejanan toinen pää merkitsi ”täysin samaa mieltä” ja toinen taas ”täysin erimieltä” väittämien kanssa. Kummassakin ääripäässä seisojaksi yksi leirin ohjaajista. Janan keskellä oli kohta, jossa seisomalla henkilö välitti, ettei ollut oikein kumpakaan mieltä väittämän kanssa. Väittämän kuultuaan leiriläisten tuli asettua janalle siihen kohtaan, minkä koki edustavan eniten omaa kokemusta leiristä. Kun kaikki olivat asettuneet väittämän kuultuaan janalle, annettiin leiriläisille pieni hetki aikaa koostaa ja vaihtaa ajatuksiaan lähellä seisovien henkilöiden kanssa. Noin minuutin jälkeen lähdin avaamaan keskustelua yhteisesti kysyen janalla seisovilta henkilöiltä, että mitä mietteitä heillä on väitteeseen liittyen.

Leiriläisten kokemukset olivat pääsääntöisesti positiivisia ja me ohjaajat saimme erityisen hyvää palautetta työstämme. Muutamat aikuiset osallistujat olisivat toivoneet lisää keskustelu- ja vertaistukiaikaa, mutta kaikki tuntuivat olleen kuitenkin tyytyväisiä leiriin kokonaisuutena. Kuulemani perusteella lapset ja nuoret olivat tyytyväisiä kaikkeen tarjottuun toimintaan. Eräs leirille osallistunut lapsi seisojaksi lähes koko palautteen antamisen ajan ”täysin samaa mieltä” – päässä ja kun hän lähti sieltä hetkeksi pois, mainitsi hän minulle, että ”mä käyn nyt vessassa, mutta mä oon tuolla hyvällä puolella.” Kyseinen palaute vahvistaa ajatuksiani.

Palautteen antamisen päätyttyä pidimme pienen tauon, jonka jälkeen leirille osallistuneet aikuiset pääsivät tutustumaan lasten ja nuorten toteuttamaan ”Aistien tilaan”. Kyseessä oli taidegalleriamainen tila, jossa oli esillä lasten ja nuorten tekemiä kuvataideteoksia ja Torpakon editoima äänimaisema. Mielestäni ”Aistien tila” oli puhutteleva teos, jossa yhdistyi monta eri taiteen lajia. Samalla se toimi rituaalina ja siirtymänä pois

leirielämästä. Leirin viimeisenä osiona teimme vielä yhden yhteisen patsaan, jonka otsikko oli ”kesäleiri 2016”. Kaikki leirille osallistuneet liittyivät siihen ja Tuula Savikuja otti patsaasta valokuvan. Oli mukava nähdä miten erilaisia mielikuvia ja muistoja ihmisillä oli kuluneesta neljästä päivästä. Ennen ruokailuun siirtymistä annoimme vielä rai-kuvat aplodit koko leiriporukalle.

”Mukavaa yhdessä tekemistä”

”Kivat harjoitukset loppu, vaikka jo vähän olisin poislähtöfilis ja ajatukset ehkä jo vähän kotimatassa :)”

”OK.”

”Kiva oli tehdä niitä yhdessä lasten kanssa. Ihanaa yhdessäoloa luonnonhelmas-sa.”

”Oli hauskaa jatkaa ”olen puu”-leikkiä kaikkien kanssa.”

8 Yhteenveto

Opinnäytetyöni käsittelee pääsääntöisesti leirille osallistuneiden lasten ja nuorten ohjaamista teatterillisin keinoin, mutta voin kuitenkin lyhyesti todeta, että tehdyt harjoitteet toimivat myös aikuisten kanssa. Koen, että leirillä tarjottu ja toteutettu toiminta palveli hyvin leirin teemaa ja tarkoitusta. Elokuussa 2016 lähetin sähköpostia Tuula Savikujalle ja kysyin hänen mielipidettään leirin sujumisesta. Savikuja vastasi sähköpostiini seuraavasti:

Kysymyksessä oli ilmaisupainotteinen leiritoiminta, jossa hyödynnettiin luontoa ja yhdessäoloa vuorovaikutuksen menetelminä. Ilmaisuharjoitukset tukivat olennaisesti sekä lasten että aikuisten vuorovaikutusta ja lisäsivät yhteenkuuluvuutta. Ilmaisuharjoitukset voimistivat niin itsetuntoa ja osallistumista kuin rohkaisivat myös arimpia heittäytymään hausalla tavalla luoviin harjoituksiin. Uskon, että useat muistavat kesäleirin vielä vuosien päästäkin voimaannuttavana kokemukseksi, joka saattoi avata uusia reittejä itsetuntemukseen ja elämiseen omien haasteiden kanssa. Seuraava kommentti osallistujapalautteessa kertoo varmasti paljon myös ohjaajien osaamisesta: ”Uutta, virkistävää, itseään avaavaa. Ohjaajat mukaansatempaavia, ammattitaitoisia, kannustavia, kekseliäitä ja innokkaina itsekkin mukana. Aivan loistavaa.”

On mukava saada hyvää palautetta tehdystä työstä. Uskon, että leirillä toteutettujen harjoitteiden kaltaisilla toiminnallisilla menetelmillä pystytään kehittämään osallistujien viestintätaitoja ja älyllisiä, moraalisia, emotionaalisia, sosiaalisia ja fyysisiä alueita sekä kriittistä ajattelua. Draama ei itsessään ole vastaus vaan väline, jonka avulla oikeat kysymykset nostetaan tapetille. Olen käyttänyt töissäni paljon musiikkia, mutta olen huomannut, kuinka teatterilliset harjoitteet voivat olla vielä helpommin lähestyttäviä taiteellisia toiminnan muotoja. Teatteritoiminnan intensiteettiä on helppo suhteuttaa

ryhmän mukaan. Se ei myöskään edellytä mitään välineitä toteutuakseen ja toimintaa voidaankin täten toteuttaa hyvin pienillä resursseilla.

Kesäleiri oli minulle todella miellyttävä työkokemus ja eheä kokonaisuus. Sain tehdä juuri sellaista työtä ja käyttää niitä menetelmiä ja työtapoja, joita olen opiskellut viimeisen neljän vuoden ajan. Vaikka varsinaiseen ohjaukselliseen työhön käytettävissämme ollut aika oli suhteellisen lyhyt, onnistuimme mielestämme luomaan hyväksyvän ja luovan ilmapiirin.

Vaikka leirillä oli kyseessä niin sanottu ”erityisryhmä”, ei se vaikuttanut tekemiseen millään tavalla. Lähdin alun perinkin suunnittelemaan ja toteuttamaan leiriä siltä pohjalta, että olemme toteuttamassa kesäleiriä lapsille ja nuorille. Ohjaajana omat mahdolliset ennakokuulot tai ennakkoasenteet olisivat voineet muokata leirisuunnitelmaa tai sen toteutusta negatiivisella tavalla. Ohjattu ryhmä toimi toivotulla tavalla ja leirille osallistuneet henkilöt olivat kaikki motivoituneita, vastaanottavaisia ja kaikin puolin helposti lähestyttäviä ihmisiä. Leiriläiset tekivät työstäni todella helppoa.

Aiemmat kokemukseni ryhmäohjaajana mahdollistivat sen, että en jännittänyt tai arkaillut ottaa ohjaajan roolia kesäleirillä. Opintoni Metropolia Ammattikorkeakoulussa ovat antaneet minulle paljon erilaisia työmenetelmiä ja ennen kaikkea kokemusta erilaisista kohderyhmistä, joille ohjata toimintaa teatterillisillä keinoilla hyödyntäen. Uskon, että vastaavanlaiset leirit ja ryhmät ovat ja tulevat yhä enenemissä määrin olemaan teatteri-ilmaisun ohjaajien työmaita. Teatteri-ilmaisun ohjaajat tekevät töitä laajasti niin taiteiden, kuin myös muidenkin alojen parissa ja toivon, että teatterilliset menetelmät saavat jalansijaa esimerkiksi juuri sosiaalialan palveluissa. Uskon, että sosiaalialalla on töitä ja tilausta vaihtoehtoisille vuorovaikutuksen välineille, kuten teatterille.

Teatterintekijänä pääsen ja joudun kehittämään itseäni jatkuvasti. Ympäröivä yhteiskunta ja maailma muuttuvat alati ja uskon, että tekemäni työ ja taide muuttuvat siinä samalla. Taide takaa minulle ja ohjattaville turvallisen foorumin käsitellä niitäkin aiheita, joita ei välttämättä pääse käsittelemään päivittäisessä elämässä. Taiteelliset ja luovat menetelmät, niin musiikki kuin teatteri ja draama ovat niitä työvälineitä, joita aion kantaa aina mukani.

Lähteet

Painetut lähteet:

Ahonen, Karu 20014. Johdatus musiikin oppimiseen. Finn Lectura.

Goleman, Daniel 1997. Tunneäly – Lahjakkuuden koko kuva. Otava.

Haavikko, Ritva & Ruth, Jan-Erik 1984. Luovuuden ulottuvuudet. Weilin + Göös.

Kaikkonen, Markku & Uusitalo, Kaarlo 2005. Soita mitä näet. Kehitysvammaliitto ry. Gummerrus Kirjapaino Oy, Jyväskylä.

Kontu, Elina 2004. Mielen ja musiikin ikkunat autismiin. Väitöskirja, Helsingin yliopisto, Käyttäytymistieteellinen tiedekunta, Soveltavan kasvatustieteen laitos, Erityispedagogiikka.

Laaksonen, Kati, 1998. Kuvionuotit dysfaattisten lasten kuntoutuksessa. Lopputyö:, Sibelius-Akatemia, Musiikkikasvatuksen osasto.

Leppämäki, Sami & Savikuja, Tuula 2014. Pakko-oireet ja OCD.

Lindqvist, Gunilla 1998. Leikin mahdollisuudet – luovaa leikkipedagogiikkaa päiväkotiin ja kouluun. Koulutuksen tutkimuslaitos. Jyväskylän yliopisto.

Niemistö ,Raimo 200. Ryhmän luovuus ja kehitysehdot. Helsingin yliopiston Tutkimus ja koulutuskeskus Palmenia. Tammerpaino, Tampere.

Pulkkinen, Lea 2002. Mukavaa yhdessä – Sosiaalinen alkupääoma ja lapsen sosiaalinen kehitys. PS kustannus.

Piirto, Jane & Uusikylä, Kari 1999. Luovuus – taito löytää, rohkeus toteuttaa. ATENA KUSTANNUS, WSOY, Juva.

Prashnig, Barbara 1996. Eläköön erilaisuus – oppimisen vallankumous käytännössä. ATENA KUSTANNUS.

Savikuja, Tuula 2016. Asiaa ja ajatuksia Touretten oireyhtymästä ja pakko-oireisestä häiriöstä (OCD). Powerpoint-esitys 1.9.2016.

Vakkuri, Kai 1999. Leikki ja luovuus – Näin lisäät luovuutta leikin avulla. BSV Kirja Helsinki. Gummerrus Kirjapaino Oy, Jyväskylä.

Ventola, Marjo-Riitta & Renlund, Micke 2005. Draamaa ja teatteria yhteisöissä. Helsingin ammattikorkeakoulu Stadia.

Äystö, Seija & J. P. Das 1995. Älykkyyden PASS-teoria - Kuntouttavan harjaantumisen periaatteet. Helsinki: Kehitysvammaliitto.

Digitaaliset lähteet:

Heikkinen, Hannu 2002. Draaman maailmat oppimisalueina – draamakasvatuksen vakava leikillisuus. Jyväskylän Yliopisto.

<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/24952/9789513940065.pdf>

Musiikin erityispalvelukeskus Resonaarin internetsivut

<http://www.helsinkimissio.fi/resonaari/musiikkikoulu>

Suomen Tourette- ja OCD-yhdistyksen internetsivut

<http://www.tourette.fi/yhdistys.php>

Haastattelu

Leminen, Helena 2016. Haastattelu: 18.8.2016.

Leiriohjelma


**KESÄLEIRI LAPPOHJASSA (Högsandin kurssikeskus)
15.-18.7.2016**

Pe 15.7.	15-16	Saapuminen Högsandiin ja majoittuminen
	16.00	Päivällinen
	17.00-	Tuloinfo, Tuula ja Päivi (Monitoimitalon sali)
	17.30-18.00	Ryhmytyminen (Juuso ja Heikki) (ulkona, säävaraus)
	18.15-	kipsinaamioiden työstäminen (Helena), Monitoimitalon tilat
	21.00	Iltapala taloissa
La 16.7. Merituuli	8.00	Aamupala
	9.00-11.00	Vanhempien vertaisryhmä (Helena ja Tuula), Lapset ja nuoret: teatteri-ilmaisua (Juuso, Heikki), ulkona
	11.30	Lounas
	12.30-14.30	Aikuiset: teatteri-ilmaisua (Heikki ja Juuso), ulkona Lapset ja nuoret: toimintaa ulkona (Helena, Tuula ja Päivi)
	15.00	Välipala
	15.30-17.30	Naamioiden maalaus (Kaikki), Monitoimitalon tilat
	17.30	Päivällinen
	19-	Saunat ja vapaata oleskelua
	21.00	Iltapala taloissa ja nukkumaan
Su 17.7. 110 km)		Retkipäivä Rosalaan ja Bengtskäriin omilla autoilla (matkaa n.
	7:45	Aamupala, huom! Retkieväät mukaan ruokalasta!
	8:30	Lähtö!
	20.00-	Saunat, iltapala ja nukkumaan
Ma 18.7.	8.30	Aamupala
	9.30-11.00	Luovia harjoituksia esim. ulkona (valokuvaus)
	11-12	Palaute ja loppuohjelma, Monitoimitalon sali
	12.00	Lounas
		Kotimatalle



Tätä kesäleiriä tukevat RAY ja Stiftelsen Sjunde Mars -säätiö.

Leirikutsu



KESÄLEIRI Högsandissa 15.-18.7.2016

Osoite: Loma- ja kurssikeskus Högsand, Högsandintie 30, 10820 Lappohja

www.bvif.fi

Ajankohta	15.-18.7.2016
Osallistujamäärä	28 henkilöä
Ohjaajat	5 henkilöä

Tervetuloa kanssamme elämykselliselle taide-/luontoseikkailuleirille Högsandiin!

Tämä on STÖY:n yhdeksäs valtakunnallinen kesäleiri, joka järjestetään perinteisesti eri puolilla Suomea, mutta loistavissa ulkoilu- retkeily- tai matkailukohteissa. Tällä kertaa suuntaamme merelliseen Hankoniemeen Lappohjaan.

Osallistujia on tänä kesänä ohjaajineen 33 henkilöä. Vahvalla ammattitaidolla uskomme, että leiristä tulee ikimuistoinen ja onnistunut. Toivomme osallistujilta avointa ja yhteisöllistä mieltä. Osallistumismaksu kattaa täysihoidon (aamiainen, lounas, päivällinen, iltapala tai mahdolliset retkievää) ja ohjelman. Su 17.7. matkaamme Kasnäsiin **omilla autoilla** (yhdessä varmistamme kaikille kuljetuksen). Yhdistyksellä on leirille ryhmävuokutus. Ilmoitathan mahdollisesta peruuntumisesta välittömästi!

Peruutusehdot:

15–20 vrk ennen tilaisuutta laskutamme 50 % omavastuuhinnasta.
 alle 15 vrk ennen tilaisuutta, laskutamme 100 % omavastuuhinnasta.
 Mahdolliset peruutukset tulee tehdä kirjallisesti, tuula.savikuja@tourette.fi

Tervetuloa ja tapaamisiin Högsandissa!

Tuula Savikuja, toiminnanjohtaja, 050 3222 224